

ZUR PSYCHOLOGIE DES GLÜCKS
EINE EMPIRISCHE UNTERSUCHUNG

Rosemarie Hoffmann

1982

ZUR PSYCHOLOGIE DES GLÜCKES
EINE EMPIRISCHE UNTERSUCHUNG

Digitized by the Internet Archive
in 2026

ZUR PSYCHOLOGIE DES GLÜCKS

EINE EMPIRISCHE UNTERSUCHUNG

Inaugural-Dissertation
zur Erlangung des Doktorgrades der Philosophie
an der
Ludwig-Maximilians-Universität München

vorgelegt von
Rosemarie Hoffmann
aus München

1981

Referent: Prof. Dr. Tunner

Korreferent: Prof. Dr. v. Rosenstiel

Tag der mündlichen Prüfung: 22. Februar 1982



INHALTSVERZEICHNIS

Seite

1.	EINLEITUNG	1
2.	SCHWERPUNKTE DER UNTERSUCHUNG	9
3.	ALLGEMEINE ÜBERLEGUNGEN ZU GLÜCK	12
4.	MOTIV UND GEFÜHL	16
5.	GEFÜHL IM SUBJEKTIVEN ERLEBEN: UNTERSUCHUNGSERGEBNISSE UND THEORETISCHE ANSÄTZE AUS DER DEUTSCHEN GEFÜHLSPSYCHOLOGIE	22
5.1.	FELIX KRUEGER: HISTORISCHE UND AKTUELLE BEDEUTUNG	22
5.2.	EINFLÜSSE AUF KRUEGER	26
5.2.1.	WILHELM WUNDT	26
5.2.2.	HANS CORNELIUS	31
5.2.3.	THEODOR LIPPS	33
5.2.4.	Folgerungen	36
5.3.	KRUEGER: ASPEKTE VON GEFÜHL IM SUBJEKTIVEN ERLEBEN	38
5.3.1.	Nichtgleichgültigkeit oder Wärme, bewußtseinerfüllende Breite	39
5.3.2.	Universalität	42
5.3.3.	Beweglichkeit, Labilität und Qualitätenreichtum	44
5.3.4.	Tiefe und Gegensätzlichkeit	46
5.3.5.	Struktur	49
5.3.6.	Diskussion	51

	Seite
6.	UNTERSUCHUNGEN ZUM ERLEBEN VON GLÜCK 59
6.1.	PHILIPP LERSCH 59
6.2.	EMPIRISCHE UNTERSUCHUNGEN 67
6.2.1.	Aspekte des Erlebens in korrelations- statistischen Untersuchungen 68
6.2.2.	CHRIS MEADOWS: eine empirische Unter- suchung zur Phänomenologie der Freude ("Joy") 71
6.2.2.1.	Untersuchungsergebnisse 73
6.2.2.2.	Diskussion 77
7.	ALLGEMEINE KONZEPTIONELLE ÜBERLEGUNGEN 80
8.	EIGENE UNTERSUCHUNGEN 86
8.1.	INHALTSANALYSE 86
8.1.1.	Zielsetzung 86
8.1.2.	Erklärungen zu den Erlebnisdarstellungen 87
8.1.2.1.	Schreiben der Texte 87
8.1.2.2.	Untersuchungsgruppe 88
8.1.2.3.	Situationsangaben 89
8.1.3.	Auswertung der Erlebnisdarstellungen 90
8.1.3.1.	Textbeispiele 90
8.1.3.2.	Vorgehensweise 92
8.1.4.	Ergebnisse 100
8.1.5.	Diskussion 111
8.1.6.	Kritische Betrachtung der Vorgehensweise 116
8.2.	FAKTORENANALYSE 120
8.2.1.	Entwurf der Befindlichkeitsskala 120
8.2.2.	Hypothesen 122
8.2.3.	Untersuchungsgruppe 122
8.2.4.	Vorgehen bei der Datenerhebung 124
8.2.5.	Ergebnisse 124
8.2.5.1.	Mathematische Gewinnung der Faktoren 124
8.2.5.2.	Begriffliche Interpretation der Faktoren 133
8.2.5.2.1.	Faktor 1: Qualität der menschlichen Beziehungen 133
8.2.5.2.2.	Faktor 2: Schöpferische Kraft 136
8.2.5.2.3.	Faktor 3: Öffnung der Sinne, Lust in den unmittelbaren Empfin- dungen sinnlicher Wahrnehmung 138
8.2.5.2.4.	Faktor 4: Erotik 140
8.2.5.2.5.	Faktor 5: Ruhe und Entspannung 143
8.2.5.2.6.	Faktor 6: Spontaner Ausdruck überfließender Energie 144
8.2.5.2.7.	Faktor 7: Ekstase 146
8.2.5.2.8.	Faktor 8: Transzendenz 148
8.2.5.2.9.	Faktor 9: Trance 150

	Seite
8.2.5.2.10. Faktor 10: Zeiterleben	151
8.2.5.2.11. Faktor 11: Bejahung von Leben und Sinnhaftigkeit des Lebens	153
Faktor 12: Qualität der Selbstwahr- nehmung und Selbstbewertung	154
8.2.5.3. Kritik	155
8.3. SITUATIONSASPEKTE	156
8.3.1. Ergebnisse	158
8.3.2. Zusammenfassung	164
8.4. ZUSAMMENFASSUNG DER UNTERSUCHUNGS- ERGEBNISSE	165
8.5. DISKUSSION	172
8.6. WEITERFÜHRENDE FRAGEN	185
9. GESAMTZUSAMMENFASSUNG	187
10. LITERATURVERZEICHNIS	188
11. ANHANG	203

Ich bedanke mich bei Herrn Professor Tunner für die vielen anregenden Gespräche über Themen der Gefühlspsychologie. Sein Interesse an meiner Arbeit, seine Offenheit und Kooperationsbereitschaft waren mir eine wichtige Hilfe.

1. EINLEITUNG

Beim Studium der wissenschaftlichen Literatur zur Emotionspsychologie entsteht der Eindruck, als würde das menschliche Gefühlsleben zum größeren Teil aus Angst bestehen. Die moderne Psychologie hat eine große Anzahl von experimentellen Untersuchungen zur Angst und anderen negativen ¹⁾ Affekten hervorgebracht, jedoch wenige Analysen zu Empfindungen und Gefühlen des Glücks sowie anderen positiven Emotionen. Auf diesen Mangel wird in der psychologischen Fachliteratur in zunehmendem Maße hingewiesen (z. B. M. ARNOLD, 1963; BRADBURN, 1969; CH. BÜHLER, 1971; CARLSON, 1966; JACOBS, 1971, MASLOW, 1955, 1973, 1977; RUCH & ZIMBARDO, 1974; STERN, FARR & RAY, 1975).

CARLSONs (1966) Analyse der Fachliteratur zur Einführung in die Psychologie aus den Jahren 1900 bis 1960 zeigt, daß sich 75 Prozent der in den Indizes aufgeführten Emotionsbegriffe auf negative Gefühle beziehen. Obwohl sich seit CARLSONs Untersuchung ein zunehmendes Interesse an einer Psychologie des Angenehmen zeigt - besonders von seiten der humanistischen Psychologie - erscheinen in den letzten zwanzig Jahrgängen der "Psychological Abstracts" Beiträge zu Empfindungen und Gefühlen von Lust und Glück immer noch sporadisch und in manchen Jahrgängen gar nicht. MURRAY (1951) hält die Vernachlässigung der Untersuchung von Glück in der Psychologie für "eines der seltsamsten und nur schwer interpretierbaren Symptome unserer Zeit" (S. 455). ²⁾

Der Mangel an empirischen Untersuchungen zu positiven Gefühlen gewinnt unter dem Einwand an Bedeutung, daß es schwer ist, in der Psychologie einen Bereich zu finden, für den das Streben nach Lust und Glück nicht von Bedeutung ist (vgl. TUNNER, 1978, S. 287).

1) "negativ" nicht als Wertung, sondern im Sinne einer unangenehmen subjektiven Erfahrung. Analog dazu, nur entgegengesetzt, wird der Begriff "positiv" im Kontext dieser Arbeit verwendet.

2) Alle Zitate aus der fremdsprachlichen Literatur wurden von mir übersetzt, was weiterhin nicht mehr extra vermerkt wird.

Die von der rationalistischen Philosophie übernommene Annahme, daß Gefühle zerstörerisch sind und mit einer Desintegration des ablaufenden Verhaltens einhergehen, hat offenbar der Untersuchung von Emotionen Grenzen gesetzt (vgl. RUCH & ZIMBARDO, 1974, S. 294). Jene Festlegung fußte in der heute allgemein kritisierten strengen Gegenüberstellung von Ratio und Gefühl, gefolgt von der Auffassung, daß Gefühle desorganisierend und den Prozessen des Denkens und der Vernunft entgegengesetzt seien: Gefühle verursachen danach ein Chaos, solange sie nicht durch den Verstand geordnet und beherrscht werden.

Auf diese einseitige Ausrichtung der Gefühlsforschung weist u. a. MASLOW (1973) hin: "Organisierende Wirkungen und andere gute und erwünschte Wirkungen der Emotionen sind weniger untersucht worden als ihre desorganisierenden Wirkungen"

(S. 386). Ebenso kritisieren M. ARNOLD (1963), HILLMANN (1960) und KOESTLER (1964) die Vernachlässigung der Untersuchung positiver emotionaler Erfahrungen, die Wachstum und Erweiterung der Persönlichkeit begünstigen.

Erst allmählich wird die organisierende Wirkung von Emotionen erkannt und untersucht. So betont z. B. LEEPER (1948), daß die Entwicklung neuer adaptiver Verhaltensmuster gegenüber einer sich verändernden Umwelt häufig von der positiven Funktion emotionaler Prozesse abhängt. Er argumentiert, daß - außer in Extremfällen - Verhalten als Reaktion auf Gefühle organisiert auftritt. Der Versuch einer theoretischen Integration von Aspekten des Prozesses des positiven Gefühls unter dem zentralen Gesichtspunkt ihrer organisierenden Wirkung fehlt in der Gefühlspsychologie, er ist überfällig.

Zwar sind positive emotionale Erfahrungen in Spezialgebieten der Psychologie untersucht worden, z. B. in der Explorationsforschung, der Arbeitspsychologie und der Lernpsychologie. Sie sind hier jedoch unterschiedlich bedeutsame Teilaspekte und werden nicht als Forschungsgegenstand selbst betrachtet. STERN, FARR und RAY (1975, S. 228) weisen zudem darauf hin,

daß in psychophysiologischen Arbeiten über angenehme Gefühle kaum physiologische Daten im Zusammenhang mit subjektiven Daten erhoben werden. RAPAPORT (1977) folgert in diesem Zusammenhang: "Die Untersuchung der Physiologie und der neuralen Korrelate des Gefühlsausdrucks ist von Belang; ihre Beziehung zu dem psychischen Vorgang, den man als 'empfundenes Gefühl' bezeichnet, ist der kritische Punkt jeder Theorie der Gefühle. Unser Wissen über diese Beziehung ist jedoch so dürftig, daß Untersuchungen über den Einfluß von Gefühlen auf andere psychische Vorgänge sich eher auf das gründen müssen, was man über die Psychologie der Gefühle weiß" (S. 43/44).

Hier - wie in anderen, meist behavioristisch orientierten, lernpsychologischen Untersuchungen - wird der psychologischen Seite, dem Erleben des Angenehmen, wenig Platz gegeben. CHARLOTTE BÜHLER (1971) bestätigt diese Feststellung: "Wenn wir uns auf dem Gebiet empirischer Untersuchungen über das Erlebnis von 'Glück' umsehen, so erleben wir fast nur Enttäuschungen" (S. 102). Stattdessen wird - besonders in älteren Arbeiten - die Angepaßtheit ('adjustment') des Individuums betont und untersucht, was logischerweise "Glück" als ein Phänomen der Masse definiert, obwohl dies jeder persönlichen Erfahrung widerspricht.

Auch die zahlreichen Versuche, Glück anhand verschiedener Korrelate zu untersuchen, die vorwiegend von WESSMAN und RICKS (1959, 1960, 1966), GURIN, VEROFF und FELD (1960), BRADBURN & CAPLOVITZ (1965) und BRADBURN (1969) unternommen wurden, ermöglichen nur in begrenztem Ausmaß Überlegungen über psychologische Zusammenhänge. TUNNER (1978) fällt an diesen Arbeiten auf, daß "Freude und Glück allzu oft im Mittelmaß von Zufriedenheit und Wohlbefinden untergehen" (S. 293): der Zusammenhang von Glück mit der Erfüllung gängiger sozialer Normen (Ausbildung, Einkommen, beruflicher Erfolg u. a.) steht weitgehend im Zentrum des Interesses. Psychologische Vorgänge bleiben unberücksichtigt, den Untersuchungen fehlt zudem der integrierende theoretische Hintergrund.

WILSON (1967) hat in einem Übersichtsartikel die korrelationsstatistischen Arbeiten zusammengetragen und ausgewertet: "Die meisten der zitierten Studien sind einmalige Untersuchungsbeiträge, die wenig Zusammenhang miteinander haben" (S. 298). Neben einigen für das Verständnis von Glück wichtigen replizierten Gesichtspunkten - im Bereich der sozialen Beziehungen sowie der Veränderung des Selbstbildes im Zusammenhang mit der subjektiven Bewertung "ich bin glücklich" - sind die Einzelergebnisse jedoch widersprüchlich und wegen unterschiedlicher Stichproben und Meßverfahren nur begrenzt vergleichbar. Zudem handelt es sich lediglich um statistisch-korrelative Interdependenzen, die keine Aussagen über Ursache-Wirkungszusammenhänge zulassen. Eine Überprüfung der Annahme zum Beispiel, daß befriedigende menschliche Beziehungen das Glück des Einzelnen wesentlich bestimmen, erfordert die Kenntnis einer Vielzahl von situations-, lern- und persönlichkeitspezifischen Einflüssen und dazu Hypothesen über ihr Zusammenwirken. Auch WILSON (1967) hält eine umfassende gedankliche Konzeption für notwendig: "Es sind Studien notwendig, die theoretische Annahmen über den möglichen Zusammenhang zwischen Glück und anderen spezifischen Variablen testen" (S. 305). Die Theoriebildung im Bereich der positiven Gefühle ist - wie in den meisten Bereichen der Gefühlspsychologie - sporadisch, schulenabhängig, von geringer Beweisfähigkeit und nur im Ansatz vorhanden.

Gefühle sind komplex, sie werden heute aus vielen theoretischen Kontexten heraus analysiert, da sie mit nahezu allen psychologischen Prozessen verbunden sind: Wahrnehmung, Gedächtnis, Lernen, Denken und Verhalten. Dennoch hat die moderne Psychologie mit ihrer die komplexe Wirklichkeit zerschneidenden Arbeitsteilung - trotz diffiziler, minutiös elaborierter Untersuchungstechnologien - in der Untersuchung von Gefühlen wenig Fortschritte gemacht. Aspekte von Gefühlen in spezifischen psychologischen Fachbereichen erfassen nicht dasjenige, was in der Bewegung und vielschichtigen Verflochtenheit eines emotionalen Prozesses gegeben

ist. Auch in den Abhandlungen von Gefühl innerhalb konstruktiver, meist strikt rationaler Motivationskonzepte wird der psychische Vorgang, den wir als 'empfundenes Gefühl' bezeichnen, das Opfer strikter schematischer Abstraktion. LAZARUS (1968) stellt in diesem Zusammenhang fest, daß das Phänomen "Gefühl", als Kategorie der Erfahrung und des Verhaltens, bis zur Unerkennbarkeit reduziert wird: "Die Auffassung von Emotion-als-Motivation führt in die Irre, da die wesentlichen Komponenten des emotionalen Ereignisses ausgeschlossen werden" (S. 186).

Wollen wir emotionale Prozesse erfolgreich untersuchen, so müssen wir von der Eigenqualität des Gegenstandes "Gefühl" ausgehen, d. h. also, Gefühle selbst als Forschungsgegenstand betrachten. Diese Notwendigkeit betont LERSCH (1970) im Bewußtsein der Schwierigkeit, Gefühle begrifflich zu fassen. Er kritisiert gleichzeitig diejenigen Psychologen, "die in den Gefühlen überhaupt keine selbständigen Tatsachen des seelischen Lebens anerkennen wollen, sondern die ... Gefühle gleichsam anlehnen an die leichter gegeneinander abgrenzbaren und besser faßbaren Vorgänge der Vorstellungen und des denkenden Erfassens". Lersch folgert: "all das sind nur Auswege der Verlegenheit. Es muß versucht werden, die Gefühls-erlebnisse - trotz ihrer atmosphärischen Flüchtigkeit - als selbständige, in sich bedeutsame psychische Erfahrungen ... zu charakterisieren" (S. 222).

In Anbetracht dieser Situation ist zunächst eine differenzierte, von empirischen Untersuchungen ausgehende Aufzeichnung desjenigen notwendig, was im Erleben zugegen ist. Sie sollte sowohl die allgemeinen Merkmale des psychischen Vorgangs erfassen, den wir als "empfundenes Gefühl" bezeichnen, als auch - in einer weiteren Untersuchung - die spezifischen Merkmale des Erlebens von Glück kennzeichnen. Dabei wird die phänomenologische Betrachtung hier weitgehend im Sinne von LERSCH (1970) aufgefaßt, als "deskriptive Psychologie, Beschreibung dessen, was im Erlebnis gegenwärtig ist. Die Aufgabe der phänomenologischen Erhellung wird damit erfüllt,

daß die Inhalte so, wie sie unmittelbar gegeben sind ... betrachtet und in ihren wesentlichen Zügen bestimmt werden" (S. 55). Von hier aus wird ein Einstieg in die Diskussion von Hypothesen und allgemeinen Überlegungen als Basis gedanklicher Rahmenkonzeptionen möglich.

Konsequent erlebnispsychologische Ansätze sind derzeit nicht probat, da sie nur schwer zu objektivieren sind. Dennoch ist "eine Phänomenologie des Erlebens für jedwede psychologisch-wissenschaftliche Fragestellung, insbesondere für die Analyse des Gefühls, nach wie vor von großer Bedeutung" (BRANDSTÄTTER, 1976, S. 4).

FELIX KRUEGER (1874 - 1948), der heute als einer der bedeutendsten deutschen Gefühlspsychologen angesehen werden kann, sieht die Spannung zwischen dem individuell-subjektiv Gültigen und dem Allgemeingültigen als Kern einer Erforschung allgemeinerer Gesetzmäßigkeiten in der Psychologie: "Das Individuelle wird im Sinne des 'unvergleichbar Singulären, des schlechthin Einmaligen wie es mit all seinen konkreten Zufälligkeiten wirklich ist oder war', zum Gleichgültigen. Und nur insofern gewinnt es wissenschaftlichen Wert, als es der Psychologie gelingt, 'auch die eigentümlichsten Besonderheiten von Individuen als gesetzlich notwendig', d. h. aus der Gesamtstruktur des Seelischen überhaupt zu begreifen" (KRUEGER, zitiert nach HEUSS, 1953, S. 13).

Glückserlebnisse sind in höchstem Maße subjektiv. Doch beginnt die Spiegelung im Bereich der erweiterten, allgemeingültigen Subjektivität, der sogenannten Objektivität. Dieser Prozeß der "Umkehrung" findet u. a. in der Dichtung statt. Das Verständnis eines Höchstmaßes an Subjektivität erfordert jedoch subjektive Erfahrung und Einfühlung, denn Gefühle gewinnen ihre Evidenz erst im bewußten subjektiven Erleben; Äußerungen über Gefühle sind nur zu verstehen, wenn introspektiver Bezug auf die eigenen Gefühle genommen wird. Diesen engen Zusammenhang zwischen subjektivem Erleben und

verbindlicher psychologischer Erkenntnis sieht LERSCH (1970) als grundlegend an: "Zweifellos ist es doch so, daß wir Begriffe, mit denen wir Sachverhalte des seelischen Lebens kennzeichnen, immer nur soweit verstehen, wie wir die damit bezeichneten Vorgänge, Inhalte und Zustände im eigenen Erleben erfahren haben oder wenigstens nacherleben können. Das Stammvokabular einer Psychologie, die wir verstehen, ist unserem eigenen Leben entnommen" (S. 81).

Unter diesen Gesichtspunkten weitet sich der Begriff der Subjektivität, gleichzeitig erfährt der sinnvolle Gebrauch des Terminus "Objektivität" - weitgehend assoziiert mit einer nahezu ausschließlich experimentell und messend verfahrenen Psychologie, für die sich Erkennen und exaktes Bestimmen der Phänomene deckt - eine Einschränkung. Der Wert eines Untersuchungsergebnisses wird somit nicht allein durch die Exaktheit der Methode, sondern vor allem durch seine Wahrheits- bzw. Wirklichkeitsnähe bestimmt. KRUEGER (1926) kritisiert in diesem Zusammenhang: "Das psychologische Denken gleitet ab in jenen verstandesmäßigen Objektivismus, den ich seit Jahrzehnten aufzudecken nötig finde. Er trägt die Hauptschuld an dem Tiefstande der reinen Beschreibung in der Seelenwissenschaft. Unter seiner Herrschaft werden schon die Fragestellungen dem Psychologen schädlich verengt, was noch schlimmer ist, ins Schiefe abgebogen" (zitiert nach KRUEGER, 1953, S. 114).

KRUEGERS Kritik an der Gefühlspsychologie seiner Zeit ist heute wieder aktuell. So spricht RAPAPORT (1977) gegenüber denjenigen Psychologen, die die Analyse von psychischen Prozessen über die - als subjektiv kritisierte - Methode der Introspektion ablehnen, die Überzeugung aus, "daß die Lösung des Problems der Gefühle nur von Psychologen zu finden ist, die das subjektive Erleben als Realität anerkennen, und die resolut genug sind, die Dynamik psychischer Prozesse zu erforschen, ohne am Anfang auf die Physiologie zurückzugreifen" (S. 44).

WILHELM WUNDT (1902), obwohl einer der ersten entschiedensten Vertreter der experimentellen Psychologie, geht hier sogar noch einen Schritt weiter. Er vertritt die Auffassung, daß alle echte Psychologie mehr oder weniger mittelbar auf Selbstbeobachtung beruhe.

In neueren Arbeiten (vgl. BRADBURN, 1969) wird zunehmend wieder auf die Notwendigkeit von Selbstberichten hingewiesen, die Zweifel an der Validität dieser Daten scheinen abzunehmen. Pragmatisch hat die Forschung die Bedenken gegen die Selbstbeobachtung bereits aufgehoben: ein nicht unwesentlicher Anteil unserer Erkenntnisse in der modernen Psychologie beruht auf Fragebogenuntersuchungen. Sicher sind die kritischen Einwände gegen eine allein seligmachende Methode der Introspektion berechtigt. Die Kenntnis ihrer Mängel eröffnet jedoch zugleich die Möglichkeit, diese durch geeignete, sich vielfach ergänzende Methoden zu überwinden (vgl. KRUEGER, 1928; BRADBURN, 1969).

Die Meßebene des verbal-subjektiven Verhaltens (vgl. BIRBAUMER, 1973) erhält von hier aus spezifische Bedeutung. Sie ist - gerade in der Analyse von Gefühlen - Ausgangspunkt der Planung und schließlich vielseitiger Bezugspunkt der Interpretation von experimentellen Untersuchungsergebnissen: die Überprüfung der Ergebnisse erfordert eine Analyse, die an den Merkmalen des in Frage stehenden Phänomens vorgenommen werden muß.

2. SCHWERPUNKTE DER UNTERSUCHUNG

Ausgangspunkt der Arbeit sind allgemeine Überlegungen zur Analyse von Glücklich-Sein im Rahmen psychologischer Untersuchungen.

Die Analyse des Erlebens von Glück gehört in den Bereich der Gefühlspsychologie. Es folgt eine Kritik der allgemeinen Tendenz, Gefühle den intervenierenden motivationalen Variablen zuzuordnen, sie also unter andere Kategorien zu subsumieren (z. B. unter Motivation und Aktivierung) und sie damit als wesentlichen Forschungsgegenstand aufzugeben.

An diese Überlegungen schließt sich die Frage an, wie dasjenige, was wir als "empfundenes Gefühl" bezeichnen, im Kontext wissenschaftlicher Analysen erfaßt und theoretisch integriert wird. Grundlage dieser Ausführungen bilden wichtige Untersuchungsergebnisse und theoretische Ansätze aus der deutschen Gefühlspsychologie.

Darstellung und Diskussion von Untersuchungen zum Erleben von Glück bilden den Abschluß der theoretischen Ausführungen.

Mit der empirischen Untersuchung zur Phänomenologie des Glücks soll eine Befindlichkeitsskala entwickelt werden, die spezifische Merkmale des Erlebens von Glück erfaßt: ein Instrument zur phänomenologischen Darstellung von Empfindungen und Gefühlen des Glücks. Dabei ist ein zentrales Anliegen, Aspekte einer Phänomenologie zu untersuchen, die Glückserlebnissen gemeinsam sind. Gleichzeitig sollen Kategorien entwickelt werden, mit deren Hilfe verschiedene Arten von Glück voneinander unterschieden werden können.

Zur Untersuchung dieser Fragestellung wird auf der Grundlage einer globalen Aufnahme der Summe jener Variablen, die für das Erleben von Glück von Bedeutung sind, eine Skala der positiven Gefühle aus Items konstruiert, die die Erscheinungsformen von Glück beschreiben. Dies ermöglicht die Erarbeitung einer beschreibenden Ordnung, in Verpflichtung zu Vielseitigkeit und optimaler wissenschaftlicher Darstellung.

Der amerikanische Psychologe MEADOWS hat 1975 den Versuch einer Dimensionierung des Erlebens von Freude ("Joy") gemacht, hat dabei jedoch seine Befindlichkeitsskala aufgrund theoretischer Überlegungen konzipiert. Im deutschen Sprachraum existiert eine solche oder ähnliche Untersuchung nicht. Im Gegensatz zu MEADOWS geht es in der vorliegenden Untersuchung um eine weitgehend untheoretisch eingestellte Registrierung aller Phänomene, die das Erleben von Glück kennzeichnen. Eine Skala, die Merkmale des Erlebens von Glück darstellt, kann - nach ausreichender Erprobung - sowohl als Forschungsinstrument als auch für eine therapiebezogene Diagnostik verwendet werden. Diese Verwendungsmöglichkeit gewinnt mit dem Einwand an Bedeutung, daß eine erfolgreiche Therapie ohne den Aufbau lustvoller Handlungen nicht möglich sei (vgl. TUNNER, 1978).

Da zur Phänomenologie des Glücks keine empirischen Untersuchungsergebnisse vorliegen, wir also keine Kenntnis darüber haben, welche Variablen das Erleben von Glück kennzeichnen, ist eine breit angelegte Voruntersuchung notwendig.

Für eine umfassende Aufnahme jener Variablen, die Merkmale des Glücks beschreiben, werden Personen gebeten, sich in eines ihrer glücklichen Erlebnisse zurückzusetzen und dabei ihre Eindrücke frei zu äußern.

Eine Inhaltsanalyse dieser Texte ermöglicht - über eine umfangreiche "Stoffsammlung" hinaus - eine erste Gruppierung inhaltlich differenzierbarer Erlebnisdimensionen.

Über die Faktorenanalyse der Items, die die Erscheinungsformen von Glück beschreiben, wird auch eine Überprüfung der von MEADOWS beschriebenen Dimensionen des erlebten Glücks ("Joy") möglich, zudem ein Aufschluß über den Anteil von Varianz, der auf der Grundlage der Beurteilung glücklicher Erlebnisse erklärt werden kann.

Der Prozeß des positiven Gefühls wird schließlich auf der Basis der theoretischen Überlegungen und der empirisch er-

arbeiteten Dimensionen reflektiert. Für eine direkte Beobachtung und Beurteilung der vorexperimentellen Erfahrung werden spezielle Fragestellungen herausgearbeitet.

Die Analyse soll neben den theoretischen Überlegungen vor allem für den Praktiker relevant sein: Die herausragende Bedeutung der Modifikation von Gefühlen für die klinische Praxis sieht auch JACOBS (1971): "Ich glaube nicht, daß die Untersuchung von Stimmung und Gefühl bloß eine akademische Übung ist, sondern vielmehr ... wichtige ... praktische Folgerungen einschließt" (S. 132). STERN, FARR und RAY (1975) weisen ebenfalls auf diesen Gesichtspunkt hin.

Die praktische klinische Psychologie wird Analysen zu positiven Gefühlen zunehmend in ihrer Arbeit beachten müssen, wenn sie dem Menschen eine echte Hilfestellung geben will.

3. ALLGEMEINE ÜBERLEGUNGEN ZU GLÜCK

Die Auffassung von Glück als "das Ideal eines isolierbaren Gefühls" verspricht wenig Erfolg bei der Analyse des Phänomens. Es gibt keinen stichhaltigen Grund für die Annahme, daß es eine allgemeingültige, unverwechselbare Glücksdimension gibt, denn Glück umfaßt viele Formen des Erlebens. Aus dieser Eigenart des Phänomens heraus ist es absolut folgerichtig, wenn Definitionen versagen: sie fallen entweder zu allgemein oder zu spezifisch aus.

Bei den Überlegungen, wie "Glück" im Kontext wissenschaftlicher Untersuchungen sinnvoll verwendet werden kann, gehen wir von "Eigenschaften" des in Frage stehenden Phänomens selbst aus.

"Hat jemand Glück", so braucht er keineswegs glücklich zu sein. In diesem meist schicksalhaften Sinne hat er auch nicht Unglück, sondern "Pech". Dieses "Glück-Haben" liegt nicht im Bereich unserer Überlegungen.

Allein die Philosophie schien bis jetzt berechtigt, zu definieren, was Glück sei. Philosophische Betrachtungsweisen extrahieren den Begriff jedoch zumeist aus der Welt des vielfältig subjektiv Erfahrbaren und versuchen definitivische Rahmen abzustecken, innerhalb derer "Glück" in einer für alle zutreffenden Weise beschrieben wird. Solch axiomatischer Wille zur Allgemeingültigkeit ist jedoch für die Psychologie nur sehr begrenzt aussagekräftig. Denn hier stehen psychische Prozesse im Zusammenhang mit dem subjektiven Erlebnis von Glück im Mittelpunkt der Analyse.

Versuche, die Inhalte und Zustände von "Glücklich-Sein" möglichst objektiv zu bestimmen, geraten in Konflikt mit unterschiedlichen Vorstellungen, die Menschen mit "Glück" oder "glücklich" verbinden. SCHEUCH (1971) folgert in diesem Zusammenhang, "daß eben diese Unterschiede in der Bewertung des gleichen Sachverhalts wirklich existierende Unterschiede zwischen den Menschen sind. Sie dürfen eben

nicht durch den Forscher hinwegdefiniert werden" (S. 41).
 "Glück": nicht nur die Vieldeutigkeit des Wortgebrauchs gehört zur Sache selbst, auch die Tendenz zur Trivialisierung. Begriff und Qualität des Glücks scheinen unbestimmt und unbestimmbar zu sein.

MARCUSE (1972) folgert, nachdem er eine lange Reihe von Definitionen durchdacht hat: "(Glück ist), was alles schon einmal Glück gewesen ist; alles was schon einmal jemand glücklich gemacht hat. Das eine Glück erhält seine vielen Gesichter aus den zahlreichen Ursprüngen, aus denen es wuchs. ... Definitionen des Glücks waren also stets: kleine Gedankenlosigkeiten oder große Definitionen." (S. 21/23)

Trotz der Schwierigkeiten, über Glück Aussagen zu machen - und unabhängig davon -, scheint "Glück" ein unabweisbarer Bezugspunkt unseres Denkens und Handelns zu sein. JEAN AMÉRY (1971) stellt in diesem Zusammenhang fest, daß sich "noch heute jegliches menschliche Verhalten um irgendeine undeutliche Glücksvorstellung dreht" (S. 191). In wissenschaftlichen psychologischen Untersuchungen ist der Begriff jedoch längst fallengelassen worden und durch reduzierende Begriffe wie "Anpassung" oder "Befriedigung" ersetzt worden. Die Schwierigkeit liegt offenbar in der Sache selbst, in ihrer Vielgestaltigkeit, Flüchtigkeit und besonders in ihrem Beziehungsreichtum.

Versuchen wir einmal - trotz der angedeuteten Schwierigkeiten - uns wichtige Merkmale des zur Untersuchung stehenden Phänomens bewußt zu machen:

1. Glück ist subjektiv und scheint sich einem verallgemeinernden Zugriff zu entziehen. Es ist subjektiv in bezug auf seine Inhalte und subjektiv in bezug auf die damit verbundenen Empfindungen und Gefühle - was dem einen als Glück erscheint, läßt den anderen unberührt.
2. Zudem verspürt der Mensch während des Erlebnisses von Glück keine besondere Neigung zu einer auf sich selbst

bezogenen, reflektierten Haltung. "Glück füllt alles aus", es entzieht sich in der Unmittelbarkeit des Erlebens der direkten Beobachtung.

3. Die Konzentration auf das Gefühl selbst würde den Zustand verändern oder untergraben. Glücksgefühle sind daher erst retrospektiv dem Zugriff einer Analyse zugänglich.
4. Man kann den Zustand des Glücklichseins nicht durch willentliche Anstrengung hervorbringen, ihn weder erjagen noch erzwingen. Glück muß man offenbar "erwarten" und "empfangen" können.
5. Glück ist kein dauerhafter Zustand, auch wenn materielle und physische Ursachen menschlichen Leids zeitweise aufgehoben sein mögen. Das Gefühl kann, eingebettet in den Fluß des sich ständig verändernden Erlebens, nicht festgehalten werden.
6. Das Angenehmste wird rasch zur Gewohnheit, schlägt um, z. B. in Langeweile.
7. Glück scheint ein unabweisbarer Bezugspunkt unseres Denkens und Handelns zu sein. Der Wunsch nach Glück und in der Regel das Unvermögen, es zu erfahren, verunsichern viele Menschen in der Beantwortung der Frage, wie Glück zu beurteilen und ob es überhaupt erreichbar ist.

Diese Hilflosigkeit wird in den Zuschriften zu einer Umfrage zu "Glück" deutlich, die die amerikanische Zeitschrift PSYCHOLOGY TODAY durchführte: Eine Anzahl von Lesern konnte keine Auskunft darüber geben, ob sie sich glücklich fühlten oder nicht. Sie baten darum die Untersuchenden: "Bitte werten Sie meinen Fragebogen aus ... und teilen Sie mir mit, ob ich glücklich bin. Ich warte besorgt auf Ihre Antwort. Ich werde erleichtert sein, wenn Sie mir sagen, daß ich glücklich bin und voller Kummer, wenn Sie mir mitter-

len, daß ich es nicht bin" (FREEDMAN & SHAVER, 1976, S. 75).

Um etwas über Glück zu erfahren, müssen wir zunächst nach dem Wesen von Gefühlen fragen. Die Analyse des Erlebens von Glück gehört in den Bereich der Gefühlspsychologie.

Was für das Erleben von Gefühlen im allgemeinen zutrifft, betrifft Glück in besonderem Ausmaß - denn es ist ein höchst intensives Gefühl mit ausgeprägter Eigenqualität, das das gesamte Erleben "gewichtig" beherrscht. Eine dem Gegenstand angemessene Analyse der Erlebnisdimensionen von Glück setzt also das Wissen um allgemeine Charakteristika von Gefühls-erlebnissen voraus. Bleiben diese unbeachtet, so geht eine genauere Untersuchung psychologischer Zusammenhänge in die Irre (vgl. KRUEGER, 1928).

4. GEFÜHL UND MOTIV

Täglich erleben wir ganz unmittelbar "am eigenen Leibe", wie sich Gefühle auswirken. Nahezu jeder glaubt zu wissen, was ein Gefühl ist. Jedoch nicht nur die Frage, was ein Gefühl sei, ist bis heute in der Wissenschaft aktuell und unbeantwortet, auch das Phänomen selbst ist fragwürdig geworden (vgl. EWERT, 1965, S. 229). Sicher hat der ungenaue und weitgehend uneinheitliche Gebrauch des Begriffs "Gefühl" nicht unwesentlich dazu beigetragen.

Der Beschluß einiger Behavioristen, den Begriff "Emotion" aus dem psychologischen Vokabular zu streichen, erweist sich heute als verfehlt. Viele psychologische Vorgänge, z. B. im Bereich der Wahrnehmung und des Lernens sind ohne den Einfluß von Gefühlen nicht denkbar.

LAZARUS, AVERILL und OPTON (1973) werfen die Frage auf, ob der Emotionsbegriff für die Psychologie nicht doch ein nützliches Konzept darstellt: "Einerseits nehmen die Emotionen einen wichtigen Platz im Alltagsleben ein, andererseits scheinen die Versuche, emotionale Phänomene in die Hauptströmungen psychologischer Theorien einzugliedern, vielen Psychologen unbefriedigend gelöst zu sein. Diese Versuche haben deshalb eher den Effekt, Mißtrauen gegenüber dem Emotionsbegriff zu wecken und die Ansätze zu legitimieren, die relevanten Phänomene unter andere Kategorien zu subsumieren, z. B. unter Motivation und Aktivierung" (S. 158).

In der Klassifizierung von Emotion als Aktivierung (z. B. DUFFY 1962; LINDSLEY, 1951) wird nicht dasjenige erfaßt, was Gefühle als Kategorie des Verhaltens und der Erfahrung charakterisiert. Der Aktivierungsbegriff ist physiologischer Herkunft, wurde jedoch bereitwillig in die Psychologie aufgenommen, da er sich - durch Gleichsetzung mit dem lerntheoretischen Triebbegriff (HEBB, 1955; BERLYNE, 1960) - leicht in den theoretischen Ansatz von "Emotion als intervenierende Variable" einpassen läßt. LAZARUS et al. (1973) kritisieren die Auffassung von Emotion als Aktivierung treffend:

"Wie der Triebbegriff, so hat der Aktivierungsbegriff die Aufmerksamkeit von der Emotion als einer charakteristischen Reaktionsweise abgelenkt. An ihre Stelle wurde eine eindimensionale Intensitätsskala gesetzt. Unterschiede zwischen Emotionen wurden folgerichtig ignoriert, oder man maß ihnen nur geringe Bedeutung bei" (S. 160).

Emotionale Prozesse werden heute zudem weitgehend im Fachgebiet Motivation abgehandelt. In der inhaltlichen Konzeption des deutschen Handbuchs der Psychologie wird dies sehr deutlich: hier werden Gefühle im Rahmen der allgemeinen Psychologie unter dem Begriff Motivation in einem Artikel von 42 Seiten Umfang erörtert. Fachausdrücke wie Motiv oder Trieb vermögen jedoch nur unzureichend dasjenige auszuschöpfen, was wir mit "Lust", "Glück" oder "Trauer" bezeichnen (vgl. TUNNER, 1978, S. 287). Eine Analyse motivierten Verhaltens ermöglicht nur in sehr begrenztem Ausmaß Aussagen über Gefühlsprozesse.

Gefühle und Motive stehen zwar in enger Beziehung zueinander, dennoch gibt es wichtige Unterschiede. So haben z. B. Gefühle meist auch eine motivierende Wirkung, umgekehrt ist dies jedoch kaum denkbar: "Alle Emotionen können als Motive betrachtet werden, jedoch sind nicht alle Motive Emotionen" (BUSS, 1973, S. 400).

Merkmale des Begriffs "Motivation" lassen weitere Unterschiede deutlich werden:

Motivation ist - im Gegensatz zu Gefühl - kein beobachtbares Ereignis. Der Begriff ist eng mit der Technologie der Verhaltenskontrolle verbunden. In der Analyse der Motivation wird nach Determinanten menschlicher (und tierischer) Aktivität gesucht. Es handelt sich hier um ein hypothetisches Konstrukt, dessen Funktion in einer Erklärung der Variabilität des beobachteten Verhaltens liegt (vgl. RUCH & ZIMBARDO, 1974, S. 261). Die psychologischen Prozesse, die sich zwischen Stimulus-Eingang und Reaktion abspielen, sind weitgehend unspezifiziert.

Werden innere Determinanten des Verhaltens zu dessen Erklärung herangezogen, so stoßen wir auf Begriffe wie Wunsch, Motiv, Bedürfnis, Trieb, Wollen. Alle implizieren kausale Determiniertheit (vgl. RUCH & ZIMBARDO, 1974, S. 261). Wird in einer spezifischen Situation z. B. das "Hunger-Motiv" (quantifiziert über die Deprivationsdauer und andere damit in Zusammenhang stehende Variablen) als intervenierende Variable angenommen, so werden über diesen Antrieb sowohl die Variablen im Stimulusbereich als auch diejenigen im Reaktionsbereich beeinflusst. Erklärungen von Verhalten als triebhaft oder motiviert tragen zum Verständnis wichtiger determinierender Prozesse jedoch wenig bei. Verhalten muß "motiviert" sein, um aufzutreten: "Jedes Verhalten ... ist untrennbar mit dem Antrieb zur Bewegung verbunden" (BIRBAUMER, 1975, S. 168). Eine Analyse nicht nur der externen, sondern auch der internen Stimulus-Bedingungen ist notwendig, erweitert u. a. durch individuelle Unterschiede bezüglich Motivation.

In der Lernpsychologie ist der Begriff des Motivs oder der motivationalen Bedingungen weitgehend durch den Begriff des Verstärkers ersetzt worden. Hier ist das Angenehme in jenen Bedingungen gegeben, die ein bestimmtes Ereignis zu einer gegebenen Zeit mit Verstärkerqualität versehen: "Da die Betonung beim operanten Konditionieren auf den Wirkungen der Verstärkung liegt, sind die motivationalen Bedingungen zu rein theoretischen Details geworden" (REYNOLDS, 1968, S. 127).

Aufgrund der vorausgehenden Überlegungen können folgende Charakteristika von Motiven herausgestellt werden:

1. Motive sind zweckbestimmt.
2. Sie stehen in engem Zusammenhang mit der Mobilisierung von Energie.
3. Motive organisieren die Aktivität zu einer bestimmten Struktur, die durch Merkmale
 - der Richtung,

- der Stärke und
- der Persistenz

gezeichnet sind. Richtung und Stärke sind durch objektiv definierbare Konsequenzen bestimmt. Die Persistenz des Verhaltens steht in unmittelbarem Zusammenhang mit dem Erreichen des Zweckes oder Zieles (vgl. ATKINSON, 1975, S. 440).

Es wird weiterhin offensichtlich, warum Begriffe wie Motiv oder Trieb nur unzulänglich das zu erfassen vermögen, was wir als Glück erleben: Obwohl der Begriff "Motiv" (Motivation) abstrakt-eindeutig definierbar ist, scheint er uns doch für jene Teile der Wirklichkeit blind zu machen, die durch die Abstraktion nicht erfaßt werden. So stellt LAZARUS (1968) fest: "Die Auffassung von Emotion als Motivation lenkt die Aufmerksamkeit von der Untersuchung der Gefühle als reale Zustände oder Reaktionen ab; mutmaßlich real, obwohl sie durch den Beobachter erschlossen oder ausgelegt werden müssen" (S. 178).

Für Gefühle ist der Aspekt des subjektiven Erlebens von herausragender Bedeutung, dies ist für Motive jedoch wenig charakteristisch. Gefühle sind, in engem Zusammenhang mit dem subjektiven Erleben, durch ihre offensichtlichen Ausdrucksmanifestationen und durch Äußerungen darüber, wie man sich fühlt, gekennzeichnet. Auch dieses trifft nicht für Motive zu. Sie sind keine Kategorie der unmittelbaren Erfahrung, sondern Werkzeuge (hypothetische Konstrukte) zur Untersuchung der unmittelbar gegebenen Einflüsse auf die Richtung, Stärke und Persistenz einer Handlung. Motive sind somit - im Gegensatz zu Gefühlen - zweck- und zielbestimmt: Richtung und Selektivität des Verhaltens werden durch die objektiv definierbaren Konsequenzen geleitet, die Handlung persistiert nur so lange, bis ein bestimmtes Ziel erreicht ist. Emotionales Erleben kann jedoch auch andauern, wenn der Anlaß nicht mehr unmittelbar gegeben ist, es ist nicht an äußere Reize gebunden. Gefühle treten spontan auf, ohne

steuernde Mitwirkung des Bewußtseins, sie sind psychische Reaktionen auf äußere und innere Ereignisse, deren Anlaß retrospektiv mehr oder weniger deutlich erkannt werden kann.

In der Abhandlung von Gefühl innerhalb konstruktiver, strikt rationaler Motivationskonzepte wird also der psychische Vorgang, den wir als "empfundenes Gefühl" bezeichnen, das Opfer schematischer Abstraktion. Eine Vielzahl von Bestimmungsmerkmalen von Gefühl, gewonnen aus introspektiv-phänomenologischer Erkenntnis, wird aufgegeben. Das Phänomen selbst, zunächst Kategorie der Erfahrung und des Verhaltens, wird bis zur Unerkennbarkeit verzerrt, reduziert.

Wollen wir emotionale Prozesse erforschen - ohne in die Irre zu gehen -, dann müssen wir von der Eigenqualität des Gegenstandes Gefühl ausgehen, d. h. Gefühle selbst als Forschungsgegenstand betrachten und uns auf dasjenige besinnen, was Gefühlsprozesse in ihrer Erscheinung kennzeichnet. In der Gegenüberstellung von Gefühl und Motiv sind einige der Charakteristika bereits dargestellt worden, es ist jedoch darüber hinaus eine Kennzeichnung des spezifisch Gefühlsmäßigen notwendig, d. h. die Aufzeichnung allgemein beobachtbarer Merkmale von Gefühl, die eine "Abgrenzung" des Gefühlsmäßigen vom Nicht-Gefühlsmäßigen möglich machen.

Eine Rückbesinnung auf dasjenige, was wir mit "Gefühl" bezeichnen ist in der modernen Psychologie dringend notwendig, um einem auf Operationalisierbarkeit zielenden Reduktionismus - in dem Inhalte weitgehend durch die verfügbaren "objektiven" Methoden bestimmt werden - zu begegnen. Sie sollte ihren Ausgangspunkt von den spezifischen Charakteristika von Gefühl im subjektiven Erleben nehmen und versuchen, diese vollständig und exakt zu beschreiben. Erst von dieser Basis aus sind theoretische Konzeptionen im Bereich des Gefühlspsychologie sinnvoll.

In den folgenden Überlegungen geht es also nicht um Definitionen des Begriffs "Gefühl" in spezifischen theoretischen Zusammenhängen. Wir wollen den zahlreichen, meist unter dem

Aufgebot des ganzen Apparates wissenschaftlicher Begriffsbildung ausgearbeiteten, schulenabhängigen Definitionen (vgl. BOTTENBERG, 1972, S. 13 ff.) keine neue hinzufügen, sondern gehen davon aus, "daß der Emotionsbegriff empirisch und heuristisch valide in einem deskriptiven Sinn ist" (LAZARUS et al., 1973, S. 161).

Gleichzeitig und grundsätzlich fordern wir damit weiterhin die Unterscheidung von deskriptiver und begrifflich-abstrakter, hypothetisch erklärender Vorgehensweise. Dies ist eine der wesentlichen Voraussetzungen für die Untersuchung von Gefühlen (vgl. RAPAPORT, 1977, S. 32). KRUEGER hat bereits im Jahre 1926 eindringlich diese Forderung gestellt, er hält die Beschreibung psychischer Prozesse für eine unabdingbare Voraussetzung für jede begriffliche Einkreisung: "Möglichst vollständige exakte Beschreibungen werden immer den festen Rückhalt der Theoriebildung, also die Analyse von Bedingungsbeziehungen bilden" (zit. nach KRUEGER, 1953, S. 112).

5. GEFÜHL IM SUBJEKTIVEN ERLEBEN: UNTERSUCHUNGSERGEBNISSE UND THEORETISCHE ANSÄTZE AUS DER DEUTSCHEN GEFÜHLSPSYCHOLOGIE

5.1. FELIX KRUEGER: HISTORISCHE UND AKTUELLE BEDEUTUNG

Welches sind die Merkmale von Gefühl im subjektiven Erleben? Was kennzeichnet Gefühlsprozesse in ihrer Erscheinung? Eigenschaften von Gefühlen, die jeder in seinem subjektiven Erleben erfahren und nachvollziehen kann, wurden von F. KRUEGER in der "Zweiten Leipziger Psychologenschule" sorgfältig untersucht, sie sind heute jedoch weitgehend aus dem Bewußtsein der Gefühlspsychologen geraten. Die Frage nach dem Wesen des Gefühls ist derzeit wenig opportun, erregt man doch den Verdacht, einer spätromantischen Epoche deutscher Gefühlspsychologie anzuhängen, die aus Gründen mangelnder Objektivität für tot erklärt gilt (vgl. BRANDSTÄTTER, 1976, S. 4). Dennoch sind die phänomenologischen Untersuchungen der deutschen Gefühlspsychologie einzigartig in der psychologischen Fachliteratur und für unsere Fragestellung von grundlegender Bedeutung.

Im folgenden wird der Ansatz von KRUEGER in seinen wesentlichen Aspekten aufgezeigt. KRUEGER erarbeitete ein umfassendes gefühlspsychologisches Konzept, das die Untersuchung gezielter Fragestellungen und eine Integration verschiedenartigster Ergebnisse ermöglicht. Er erkannte den eigenständigen Charakter von Emotionen und versuchte, "Gefühl als den zentralen 'ganzheitsstiftenden' Faktor des seelischen Lebens aufzuzeigen" (LERSCH, 1970, S. 37). Um KRUEGERS historische und aktuelle Bedeutung zu verstehen, ist die Kenntnis der psychologischen Schulen, d. h. der wichtigsten theoretischen Gesichtspunkte notwendig, die er in sein Konzept einfließen ließ: Einflüsse aus dem Bereich der Leipziger Schule (WILHELM WUNDT) und der damaligen Münchener Psychologie (HANS CORNELIUS und THEODOR LIPPS). Die Erörterung dieser theoretischen Ansätze, gegen die sich KRUEGER

z. T. entschieden wendet, die er teilweise jedoch weiterentwickelt, geht der Darstellung der Gefühlspsychologie von KRUEGER voraus.

Die theoretischen Überlegungen zum Thema "Erleben von Glück" konzentrieren sich auf die Untersuchungen der deutschen Gefühlspsychologie mit ihrer ganzheitlichen Betrachtungsweise und der phänomenologischen Methode mit ihrem Ausgangspunkt im Erlebnis. Diese Untersuchungen und theoretischen Ansätze werden hier bewußt in Gegensatz zu den aktuellen, nahezu ausschließlich funktionalen Konzeptionen von Emotion gestellt. Letztere fallen durch ein hohes Abstraktionsniveau und große Distanz zu den Phänomenen auf. Die Auswahl erfolgt weiterhin vor dem Hintergrund eines - damit zusammenhängenden - zunehmenden Interesses an erlebnispsychologischen Untersuchungen, besonders von der Seite der humanistischen Psychologie (z. B. CH. BÜHLER, 1971; HALLAQ, 1977; MASLOW, 1973, 1977; RICKS & WESSMAN, 1966; THORNE, 1963).

Konsequent erlebnispsychologische Ansätze sind für jede wissenschaftlich-psychologische Fragestellung, insbesondere jedoch für die Analyse des Gefühls von besonderer Bedeutung (vgl. BRANDSTÄTTER, 1976). Sie fehlen in der modernen Emotionspsychologie, da - wie LAZARUS et al. (1973) feststellen - "bei der Umwandlung der Emotion in eine intervenierende Variable ... die emotionalen Reaktionen gleichsam in den Untergrund gehen" (S. 159).

Der einschneidende Reduktionismus in der modernen Gefühlspsychologie wird sowohl in der unzulänglichen Definition von Gefühl im Aktivations- und Motivationskonzept deutlich (vgl. Kap. 4) als auch in den psychophysiologischen Arbeiten, in denen kaum physiologische Daten im Zusammenhang mit subjektiven Daten erhoben werden (vgl. STERN et al., 1975). In dieser Hinsicht sind auch insbesondere experimentelle Untersuchungen zum Nachweis von Bedingungsbeziehungen im emotionalen Geschehen zu erwähnen. Vereinfachungen können hier zu Verzerrungen führen, so daß das Ergebnis einer

Untersuchung sich nicht unbedingt auf dasjenige Phänomen bezieht, das zur Diskussion steht.

DAVISON und NEALE (1974) stellen in diesem Kontext fest: "Die meisten Lerntheoretiker ... wenden den Terminus Angst auf die in Gegenwart von relativ harmlosen Stimuli erlernte Furcht an" (S. 103). So wurde z. B. in einer Untersuchung von SCHACHTER (1959) bei den Versuchspersonen in der Erwartung schmerzhafter Elektroschocks Furcht ausgelöst - wie die Beurteilungsskalen zeigen. SCHACHTER bezeichnete den experimentell ausgelösten Zustand allerdings als Angst. Auch in den Untersuchungen von MAHER (1966) ist eine solche unangemessene Verwendung des Terminus Angst festzustellen.

Ein Beispiel dafür, daß definierte Versuchsbedingungen nicht zur Auslösung der geplanten bzw. erwarteten Emotionen führen müssen, ist ein Experiment von CHESSICK, BASSAM und SHATTAN (1966). Die Autoren strebten innerhalb einer experimentell und auswertungstechnisch anspruchsvollen Untersuchung die Differenzierung von Ärger (Wut) und Angst an - auf der Grundlage von medikamentös ausgelöster physiologischer Erregung (Adrenalin bzw. Noradrenalin). Die definierte Reizkonstellation zur Auslösung von Ärger (Wut) bestand darin, daß die Versuchspersonen genötigt wurden, so viel Wasser aus einer Röhre zu trinken, wie ihnen möglich war, die Reizkonstellation für Angst in dem Zeigen von "angstauslösenden" Injektionsinstrumenten nach Ankündigung einer Injektion. Abgesehen von den geringen Unterschieden in den physiologischen Daten führten die Bedingungen - wie aus den subjektiven Einschätzungen der Versuchspersonen hervorging - nicht zur Auslösung der erwarteten Emotionen, die Versuchspersonen verspürten in beiden Fällen vornehmlich Angst, eine erlebnismäßig-qualitative Differenzierung blieb aus.

Auch die experimentellen Anordnungen zur Auslösung von positiven Emotionen fordern zur Kritik heraus. So erscheint mir z. B. das von SCHACHTER und SINGER (1962) angewandte

Verfahren zur Induktion von Euphorie (Werfen von Papierkugeln, Spiel mit Papierfliegern und Hulahupp-Reifen) mehr als fragwürdig. BOTTENBERG (1972) hebt ebenfalls das hier ange-deutete Problem der Induktion von Gefühlen im Experiment hervor: die Schwierigkeit, sowohl auf Reiz- als auch auf Erlebnisebene einheitlich standardisierte Emotionen zu pro-vozieren. Er schließt: "Infolge einer ... experimentell un-zulänglichen Emotionsdefinition wird der Aussagewert von Ex-perimenten, die zu einer intendierten Fragestellung durch-geführt wurden, ungewisser, können experimentelle Ergebnis-se die erstrebte Antwort überhaupt schuldig bleiben" (S. 91). Die Verpflichtung zur Objektivierung trägt also nicht nur die Gefahr einer extremen Vereinfachung der Phänomene in sich, sondern kann zu experimentellen Artefakten führen.

Die Überprüfung der Ergebnisse erfordert damit unumgänglich eine Analyse, die an den Merkmalen des in Frage stehenden Phänomens vorgenommen werden muß. Die Tatsache, daß bestimm-te Bedingungen im Experiment vorliegen, gibt zudem keine Garantie dafür, daß das Phänomen tatsächlich von diesen Be-dingungen abhängt. Unter diesen Gesichtspunkten ist die exakte, möglichst unvoreingenommene Beschreibung der Er-scheinungen als Bezugspunkt der Planung und Beurteilung ex-perimenteller Ergebnisse gerade in der Gefühlspsychologie von grundsätzlicher Bedeutung.

Die elementare Kritik von KRUEGER (1926), bezogen auf die Situation der Gefühlspsychologie seiner Zeit, ist somit heute wieder aktuell, sie soll darum nochmals aufgeführt werden: "Das psychologische Denken gleitet ab in jenen ver-standesmäßigen Objektivitismus, den ich seit Jahrzehnten aufzudecken nötig finde. Er trägt die Hauptschuld an dem Tiefstande der reinen Beschreibung in der Seelenwissen-schaft. Unter seiner Herrschaft werden schon die Frage-stellungen dem Psychologen schädlich verengt, was noch schlimmer ist, ins Schiefe abgebogen" (zit. nach KRUEGER, 1953, S. 114).

Was das konstruktive Programm eines strikten Rationalismus an schematischer Abstraktion und Reduktion der Phänomene fordert, weicht bei KRUEGER der Betrachtung möglichst unverstellter psychischer Wirklichkeit. Er sah das Wissen um "das im Bewußtsein des Erlebenden jeweils Gegebene, seine unmittelbar vorzufindenden Eigenschaften" (KRUEGER, 1918, zit. nach KRUEGER, 1967, S. 3) als notwendige Voraussetzung und festen Rückhalt der Analyse von Bedingungsbeziehungen in der Gefühlspsychologie an. Damit wendet er sich gegen das seinerzeitige - in Analogie zur Naturwissenschaft entwickelte - Erklärungsmodell der Elementenpsychologie bzw. des Strukturalismus mit ihrer Bindung an die klassische Introspektion als nahezu ausschließlicher experimenteller Untersuchungsmethode. KRUEGER plädierte für Methodentoleranz und trat für die ganzheitliche Betrachtungsweise ein: für die Untersuchung einzelner psychischer Aspekte und Prozesse "an ihrem Platz im Ganzen" und unter Berücksichtigung ihrer Funktion im Ganzen. Dies in der Kritik der Bewandtnis, daß bei einer isolierten Untersuchung von Teilaspekten Information verloren geht, die für die Konstitution des Ganzen wesentlichen ist.

Aus welcher wissenschaftlichen Situation heraus erkannte KRUEGER die Notwendigkeit eines ganzheitlichen, integrativ-theoretischen Ansatzes, der seinen Ausgangspunkt von der systematischen Beobachtung und Beschreibung desjenigen nimmt, was Gefühlsprozesse im Erlebnis charakterisiert?

5.2. EINFLÜSSE AUF KRUEGER

5.2.1, WILHELM WUNDT

WUNDTs Gefühlslehre ist eng verbunden mit der - weite Bereiche der neu etablierten wissenschaftlichen Psychologie beherrschenden - Sinnes- bzw. Wahrnehmungspsychologie des 19. Jahrhunderts, die auf die Auflösung, die Zergliederung der unmittelbaren Erfahrung in die sie konstituierenden elementaren Bestandteile zielte.

WUNDT definierte als Basiseinheit der Analyse des Erlebens "psychische Elemente" (in Analogie zu chemischen Elementen), eine begrenzte Anzahl nicht weiter teilbarer und durch Erfahrung nicht veränderbarer Bausteine des Bewußtseins, aus denen man - über die Kenntnis der Gesetze ihrer Zusammensetzung - die psychischen Funktionen konstruieren kann. Die psychologische Wissenschaft schreitet in ihrer Analyse also vom Teil zum Ganzen fort.

Als Untersuchungsmethode verwendete WUNDT psychophysische Verfahren und die Methode der klassischen Introspektion: systematisch geschulte Beobachter wurden aufgefordert, ausschließlich dasjenige zu schildern, was sie wahrnahmen, sich auf reine "naive" Sinnesdaten zu konzentrieren - ohne dabei auf die assoziierte, gelernte Bedeutung einzugehen. In der klassischen Introspektion - in der das Erleben durch Merkmale wie z. B. Qualität, Intensität, Dauer, Klarheit dargestellt wurde - würde die Beschreibung eines Tisches etwa aus folgenden Aussagen bestehen: ein brauner Gegenstand, oben ist eine trapezförmige Fläche, darunter sind vier, offensichtlich runde Gegenstände, die bis zum Boden reichen. (Im Gegensatz dazu würde die später von KRUEGER verwendete phänomenologische Introspektion - in der subjektiv erlebte Bedeutungen in die Analyse der Phänomene einbezogen wurden - folgende Beschreibung ergeben: das ist ein Tisch, er ist aus Holz, er hat vier runde Beine, an dem Tisch kann ich sitzen und essen oder auch schreiben.)

Der elementare Kern einer Erfahrung wird bei WUNDT von seinem individuellen Bedeutungskontext getrennt. WUNDT war nicht an den Deutungsweisen von Dingen und Ereignissen interessiert, sondern an dem Rohmaterial, aus dem jene Deutungen ursprünglich abgeleitet wurden. Über die Methode der klassischen Introspektion analysierte WUNDT drei Typen von Elementen, von denen er annahm, daß sie die psychischen Vorgänge konstituieren: Empfindung, Gefühl und Apperzeption.

In seiner theoretischen Konzeption konnte WUNDT die Eigenständigkeit, die eigenen Merkmale von Gefühl nur dadurch fassen, daß er neben den Elementen der Empfindung (Vorstellungsseite) Gefühlselemente als nicht weiter teilbare Bausteine des emotionalen Geschehens postulierte. Diese seien, so meinte er, in jedem Erlebnis auffindbar und könnten unter sich und mit anderen Elementen verschiedenartigste Verbindungen eingehen, deren Struktur, deren Ordnungssysteme es zu analysieren, zu rekonstruieren gilt. In Analogie zu der Zusammensetzung komplexer Empfindungen aus Empfindungselementen sah WUNDT die Zusammensetzung von Gefühlselementen zu komplexen Gefühlen. Gefühle wurden also in theoretischer Analogie zu Empfindungsvorgängen gesehen. Dabei stand die Beobachtung der Wechselwirkung von Einzelereignissen, d. h. die "zusammensetzbare" Struktur, ihre Rekonstruktion "von unten nach oben" im Zentrum des Interesses.

Mit den Gefühlselementen Lust - Unlust, Erregung - Beruhigung, Spannung und Lösung glaubte WUNDT zunächst die Mannigfaltigkeit der Gefühle rekonstruieren zu können. Später verstand er jedoch hierin ein Beschreibungssystem, das sich an "Gefühlsgegensätzen von dominierendem Charakter" (WUNDT, 1907, S. 99) orientiert: also drei Hauptrichtungen des Gefühls, nach denen sich die vielfältigen Gefühle ordnen lassen. WUNDT erkannte die qualitative Mannigfaltigkeit der Gefühle und überwand damit die ältere Auffassung, nach der es nur Lust und Unlust gibt - die sowohl als völlig uniforme, konkrete Zustände gesehen wurden als auch als Qualitäten, auf die alle Gefühle zurückzuführen seien: "Lust und Unlust, Erregung und Ruhe (bezeichnen) nicht singuläre Gefühlsqualitäten, sondern Gefühlsrichtungen ... innerhalb derer unbestimmt viele einfache Qualitäten vorkommen, so daß z. B. das Unlustgefühl des Ernstes nicht bloß von dem des schmerz-erregenden Tastreizes, der Dissonanz usw. verschieden ist, sondern daß der Ernst selbst in verschiedenen Fällen in seiner Qualität wieder variieren kann" (WUNDT, 1907, S. 101).

Obwohl WUNDT im wesentlichen der Strukturpsychologie und dem ihr zugehörigen Prinzip der Analyse und Ordnung von Gefühls-elementen verhaftet blieb, hat er mit dem "Prinzip der schöpferischen Synthese" bereits eine Wende in der Gefühlspsychologie angebahnt, die sein Nachfolger KRUEGER später vollzog.

Wie in der Wahrnehmung das Ergebnis der "schöpferischen Synthese" etwas anderes ist als die assoziativ verknüpfte Summe der Elemente, aus denen es besteht, so verbinden sich im emotionalen Geschehen die im Bewußtsein gegebenen Gefühlselemente zu einer einheitlichen Gefühlsresultante, dem "Totalgefühl". Dieses bildet jeweils ein in sich organisiertes Ganzes von qualitativer Eigenart, das sich von der Summe der Teile abhebt. Sowohl einfache als auch zusammengesetzte Gefühle sind also subjektiv unzerlegbar. WUNDT trifft in diesem Zusammenhang eine Unterscheidung von assoziativen und nicht-assoziativen Verbindungen. Letztere, die Apperzeptionen, kennzeichnen die zielstrebige innere Tätigkeit des Individuums und setzen sich damit gegen die passiv-mechanischen, assoziativen Verknüpfungen ab.

Worauf bezieht sich - nach WUNDT (1922) - das Totalgefühl? Während Empfindungen über Ereignisse der wahrnehmbaren Umwelt (Stimulusseite) informieren, verweisen Gefühle auf subjektive Zustände, Reaktionen des Individuums, "auf einen Zustand des fühlenden Wesens selber, auf ein Leiden oder Tätigkeit des Ich" (S. 230). So spricht WUNDT indirekt aus, daß es in Wirklichkeit keinen Assoziationsvorgang ohne individuellen Bedeutungsbezug gibt. BRUNNER (1976) kommentiert hier: "An die Stelle der Alleinherrschaft der Assoziation (ist) ein Dualismus getreten: Das Vorstellungsleben zerfällt in personalbedingte (apperzeptive) und inpersonale (mechanisch bedingte, assoziative) Abläufe" (S. 312). Dasjenige, was wir als Emotion erleben oder als Gefühl bezeichnen, folgt also nicht nur eigenen Funktionsgesetzmäßigkeiten, sondern es ist zudem in die individuellen psychischen Bedingungen integriert und damit in starkem Ausmaß subjektiv.

WUNDT (1907) stellt in diesem Zusammenhang weiterhin fest, daß emotionale Reaktionen auf äußere Reizkonstellationen meist als Erstreaktionen des Organismus auftreten. Sie sind zeitlich früher zu beobachten als kognitive Prozesse, so daß die Annahme besteht, daß sie diesen vorausgehen: "Erhebt sich irgendein psychischer Vorgang über die Schwelle des Bewußtseins, so pflegen die Gefühlselemente desselben, sobald sie die hinreichende Stärke besitzen, zuerst bemerkbar zu werden, so daß sie sich bereits energisch in den Blickpunkt des Bewußtseins drängen, ehe noch von den Vorstellungselementen irgendetwas wahrgenommen wird. Dies kann sowohl bei der Einwirkung neuer Eindrücke wie bei dem Wiederauftauchen früherer Vorgänge stattfinden. Es entstehen so jene eigentümlichen Stimmungen, von deren Ursache wir uns meist keine Rechenschaft geben können und die bald den Charakter der Lust oder Unlust, bald vorzugsweise den der Spannung an sich tragen" (S. 43). Kognitiven Prozessen gehen - nach WUNDT - also stets Gefühlsprozesse voraus.

Mit dem Konzept einer einheitlichen Gefühlsresultante, dem sogenannten Totalgefühl und der Beobachtung des zeitlichen Ablaufs von Gefühlsreaktionen erfaßt WUNDT wichtige Merkmale desjenigen Prozesses, der sich qualitativ und funktional als "Gefühl" im psychischen Geschehen abzeichnet. In den Untersuchungen KRUEGERS (1928) zum "Wesen des Gefühls", wird WUNDTs Konzept des Totalgefühls - hier jedoch integriert in den theoretischen Zusammenhang der Ganzheitspsychologie - erneut deutlich.

Die Grenzen der WUNDTschen Gefühlspsychologie liegen zunächst in seinem Erklärungsmodell. Gefühle spielen bei ihm die Rolle einer "Begleiterscheinung", er konnte sie theoretisch nur fassen, indem er die Existenz von Gefühlselementen annahm, die als subjektive Reaktion des Wahrnehmenden auf Erlebnisinhalte zu sehen sind. Sie beschreiben damit - im Gegensatz zu Wahrnehmungselementen, die mit dem Stimulusbereich identisch sein sollen - den Reaktionsbereich des Individuums. Über die spezifischen Merkmale des

Gefühlsmäßigen und ihre eigenständige Funktion in psychischen Bedingungsbeziehungen ist damit noch wenig gesagt.

Die Grenzen der WUNDTschen Gefühlspsychologie sind weiterhin durch die Einengung der Methoden bedingt. Die klassische Introspektion mit dem Ziel der Isolierung von angenommenen, das Bewußtsein konstituierenden psychischen Elementen, konzentriert sich auf die Erhebung reiner Sinnesdaten. Es erfolgt eine willkürliche Trennung des sogenannten elementaristischen Kerns der Erfahrungen von seinem individuellen Bedeutungskontext. Die Erhebung von Bedeutungsinhalten wird grundsätzlich von der Untersuchung ausgeschlossen. WUNDTs Gefühlslehre fehlen somit exakte, vollständige deskriptive Grundlagen, denn die Beschreibung der Phänomene ist begrenzt durch die theoretische Annahme von Elementargefühlen, die erfahrungsmäßig nicht vorhanden, sondern als Kunstprodukte einer weitgetriebenen Zergliederung zu sehen sind. WUNDT setzt dennoch einen Anfang in der systematischen Untersuchung des Gefühlsmäßigen und bereitet gleichzeitig mit seiner Auffassung der "schöpferischen Synthese" und des "Totalgefühls" einen Umschwung in der Untersuchung von Gefühlen vor. Seine gewissenhaften Analysen haben nicht nur eine allgemein anerkannte Verselbständigung der Psychologie nach Gegenstand und Methode, sondern auch wertvolle gedankliche Ansätze für die Weiterentwicklung der Gefühlspsychologie gebracht.

5.2.2. HANS CORNELIUS

HANS CORNELIUS (1863 - 1947), Dozent an der Universität München, greift in seinem im Jahre 1897 erschienenen Buch "Psychologie als Erfahrungswissenschaft" auf EHRENFELS zurück. CHRISTIAN v. EHRENFELS (1859 - 1932) hatte durch die Entdeckung der Gestaltqualitäten den Blickpunkt der Forschung von der Analyse vermeintlich elementarer Bestandteile des Bewußtseins hin zu den unbeachtet gebliebenen Eigenschaften von Wahrnehmungsganzen gelenkt. Diese Entdeckung konnte für die Gefühlspsychologie nicht ohne Bedeutung bleiben:

die Aufgabe der Elementenbetrachtung führte zu einer allgemeinen, umfassenden Theorie des Gefühls, die sowohl die Eigenart des Gefühlsmäßigen als auch die zentrale Bedeutung emotionalen Geschehens, seine Integration in die Person berücksichtigt.

CORNELIUS übernimmt von ihm den Begriff "Gestaltqualität" und überträgt ihn seinerseits auf die Gefühle. KRUEGER (1926) kommentiert: "Die hieraus sich ergebende "komplexqualitative" Gefühlstheorie - die ich gleichzeitig konzipierte und dann weiter auszubauen bestrebt war - hat leider wenig Beachtung gefunden, obwohl gerade sie, wie ich meine, den morphologischen und genetischen Kern psychischer Ganzheit überhaupt aufdeckt" (zit. nach KRUEGER, 1953, S. 97).

CORNELIUS untersucht Gesamterlebnisse, "Gesamtbewußtseinsinhalte" in bezug auf ihre Gestaltqualitäten und findet, daß die umfassendste jeweils auffindbare Gestaltqualität des jeweiligen im Zentrum des Bewußtseins stehenden Inhaltes nichts anderes ist als das Gefühl. Damit steht er in dialektalem Gegensatz zur Gefühlslehre WUNDTs, die noch weitgehend dem Grundsatz des Primats der Elemente verhaftet ist. Gefühle sind dort noch Teilinhalte des Bewußtseins, Elemente, die neben anderen Teilinhalten existieren. CORNELIUS (1897) schließt aus seinen Beobachtungen: Gefühle sind die "Gestaltqualitäten des jeweiligen Gesamtbewußtseinsinhaltes, sie sind nicht Teilinhalte unter anderen, sondern Prädikate der jeweiligen Gesamterlebnisse" (S. 76). Er gelangt aus dieser Sicht zu einer Ablehnung von Partial- oder Elementargefühlen: Gefühlserlebnisse sind nicht als Summe von spezifischen Inhalten zu sehen, sondern Komplexe, das heißt vielfältige Ganzheiten, die nicht aus Elementen synthetisch zusammensetzbar sind. Sie sind das im Erlebnis primär Beobachtbare, Elemente hingegen sind das Ergebnis eines später einsetzenden analytischen Vorganges. Dabei ist festzuhalten, daß die analysierbare Summe der Merkmale eines Gefühlskomplexes bzw. Gefühlserlebnisses qualitativ nicht

dasjenige ausmacht, was als aufweisbare Gestaltqualität, also als Gefühl erlebt wird.

CORNELIUS stellt weiterhin fest, daß sich Gefühle verändern, ja auflösen können, wenn sie über eine kognitive Analyse in Teilaspekte zergliedert werden.

In der Ausarbeitung seiner Gefühlslehre bleibt CORNELIUS jedoch weitgehend der traditionellen Lust - Unlust Theorie verhaftet. Dennoch ist der neue gedankliche Ansatz für die weitere Entwicklung der Gefühlspsychologie wertvoll. KRUEGER (1926) erkennt seine Bedeutung: "Aus wertpsychologischen Erwägungen heraus, aufgrund tonpsychologischer Versuche und völkerpsychologischer Studien erweiterte ich die Hypothese meines Lehrers CORNELIUS zu einer Theorie der Komplexqualitäten und vom Primate der Erlebnisanztheit sowie von der durchgängigen Strukturbestimmtheit des psychischen Geschehens, vorab der Erlebnistiefe" (zit. nach KRUEGER, 1953, S. 49).

5.2.3. THEODOR LIPPS

THEODOR LIPPS (1851 - 1914), zur Zeit von CORNELIUS Ordinarius in München, entwirft auf der Basis von Introspektion und ästhetischer Betrachtung eine differenzierte Gefühlstheorie, die die alte Lust - Unlust-Auffassung sprengt. Er stellt - im Gegensatz zu WUNDT und CORNELIUS - das erlebte, in der Erfahrung gegebene Ich in den Mittelpunkt der Betrachtung, sieht in Gefühlen "Ich-Qualitäten", "Ich-Erlebnisse", "Weisen des Ich-Gefühls" (LIPPS, 1902, S. 1).

LIPPS (1902) unterscheidet zunächst - ähnlich wie WUNDT - Gefühlserlebnisse und direkt gegenständlich bezogene Erlebnisse (Empfindungsinhalte), er kennzeichnet den Gegensatz zwischen ihnen folgendermaßen: "Ich empfinde ... die Wand als rot, den Ofen oder meine Hand als warm usw.; dagegen "fühle" ich "mich", und nur "mich", lustgestimmt, traurig, einer Sache gewiß, erschreckt usw.. In der Natur des Emp-

findungsinhaltes liegt es, gegenständlich zu sein. Ein Empfundenes ist als solches ein "Objektives", d. h. etwas von mir Unterschiedenes und mir Gegenübergestelltes. Umgekehrt ist jedes Gefühl an sich subjektiv, d. h. in jedem Gefühle steckt das Subjekt, nämlich das unmittelbar erlebte Subjekt. ... Die Empfindungsinhalte zusammen konstituieren das Wahrnehmungsbild der objektiven Welt. Die Gefühle konstituieren also das Ich, nämlich das Ich, wie es in jedem Augenblick meines Lebens von mir unmittelbar erlebt wird" (S. 2).

Wie werden Gefühle erlebt? Ausgehend von dieser Frage versucht LIPPS (1906), den Prozeß des Gefühls über den Vorgang der Apperzeption und der Einfühlung näher zu kennzeichnen. Jedes Gefühl, meint er, so z. B. das Gefühl der Lust, wird "nicht als für sich Stehendes erlebt, sondern dasselbe ist allemal Gefühl - in unserem Falle der Lust - an einem Gegenstande" (S. 281/282). Die Qualität der Beziehung zwischen dem erlebten Gegenstand des Gefühls und dem erlebenden Subjekt sieht LIPPS (1906) spiegelbildlich: "Daß jedes Gefühl als an einem Gegenstand haftend erlebt wird, hindert nicht, daß es andererseits doch etwas in mir ist. Beides erkennen wir an, indem wir es als Innewerden einer Wechselbeziehung zwischen mir und dem Gegenstande bezeichnen" (S. 282).

Diese gefühlsmäßige Wechselbeziehung entsteht, so schließt LIPPS (1906), über den Prozeß der Apperzeption, der in enger Beziehung zu dem von ihm beschriebenen Vorgang der "Einfühlung" steht: "Ein Gegenstand ist Gegenstand meines Gefühls, z. B. ist er für mich lustvoll, nicht weil derselbe irgendwo in der Welt da ist, sondern er wird dies für mich, indem ich ihn erfasse, mir geistig zu eigen mache, kurz ihn apperzipiere. ... Diese Tätigkeit (der Apperzeption) nun ist meine Tätigkeit, aber zugleich vom Gegenstand beansprucht" (S. 282). Der Vorgang der Apperzeption bezieht sich also auf den Bereich des Denkens und Urteilens und kennzeichnet geistige Prozesse der Auseinandersetzung mit der gegenständlichen Welt, der bewußten Verarbeitung von Eindrücken, die erst Sinn bekommen aufgrund der zusammenfassenden Tätigkeit des Ich.

"Einfühlung" kennzeichnet einen Vorgang, in dem das Ich, meist aufgrund eines vorausgehenden apperzeptiven Prozesses, eigene Erlebnisinhalte in die gegenständliche Welt "hineinfühlt". Über subjektive, projizierte Erlebnisinhalte wird die gegenständliche Welt analog zu dem eigenen inneren Zustand als "gestimmt", fühlend (z. B. trist, langweilig, strahlend) oder denkend empfunden. Apperzeption und Einfühlung kennzeichnen also Vorgänge, über die die gefühlsmäßige Wechselbeziehung zwischen erlebter Innen- und Außenwelt entsteht.

Während für WUNDT Gefühle eine Reaktion des Bewußtseins auf Inhalte sind, die sich in Gefühlselementen dokumentieren lassen, lehnt LIPPS diese Auffassung grundsätzlich ab. Gefühle sind für ihn erlebte Symptome von bewußtseinsjenseitigen "konstanten Bedingungen, Kräften" (LIPPS, 1883, S. 445; zit. nach SANDER, 1962, S. 131). Er sieht Gefühl in enger Verbindung mit der transphänomenalen psychischen Gesamtverfassung und entwickelt zuerst theoretisch den Begriff psychischer Struktur in funktionalem Zusammenhang mit Gefühl. LIPPS (1897) faßt "Seele" und in Zusammenhang damit Struktur als etwas Unbekanntes auf, "das wir dem unmittelbar erlebten Ich denkend zugrunde legen müssen, als ein, wenn auch nicht unveränderliches, so doch dauerndes, ein ruhen-des Sein" (S. 9; zit. nach SANDER, 1962, S. 131). Gefühl ist danach "Ausdruck der Weise, wie in die innere Struktur eines ... Wesens, ein einzelnes Geschehen oder eine einzelne Betätigung dieses Wesens sich einfügt" (LIPPS, 1907, S. 108; zit. nach SANDER, 1962, S. 131). Er zählt zu den Eigenschaften von Gefühlen Unterschiede in der "Tiefe ihrer Begründung", und sieht tiefe Gefühle in engem Zusammenhang mit dem Werterleben bzw. Wertsystem der Persönlichkeit. Im Gegensatz zu CORNELIUS, als reinem Phänomenalisten, weist LIPPS damit auf psychische Vorgänge hin, die transphänomenal sind, d. h. die den Bewußtseinserscheinungen gedanklich zugrunde liegen und mit ihr ursächlich verknüpft sind.

Von kritischer Seite wurden CORNELIUS und LIPPS, beides introspektive Psychologen, als spekulativ bezeichnet. Ihre

Bedeutung für die Entwicklung der Gefühlspsychologie liegt in dem Bestreben, diejenige Erscheinung, die im subjektiven Erleben als Gefühl gegeben ist, über den Vorgang der Selbstbeobachtung exakter zu beschreiben und begrifflich zu fassen.

5.2.4. FOLGERUNGEN

Wir hatten festgestellt, daß die elementare Kritik von KRUEGER (1926), bezogen auf die Gefühlspsychologie seiner Zeit, heute wieder aktuell ist. Seine Kritik an der schematischen Abstraktion der Elementen- bzw. Strukturpsychologie mit ihrer die komplexen Erscheinungen zergliedernden und reduzierenden Analyse ist ebenso gültig für die Abhandlung von Gefühl im Motivations- und im Aktivationskonzept, weiterhin für eine Vielzahl experimenteller Untersuchungen. Sowohl Strukturalismus als auch Verhaltenstheorie versuchen, das Verhalten auf grundlegende Elemente - geistige Elemente in dem einen, Reiz und Reaktion in dem anderen Fall - zurückzuführen.

Die heute allgemein anerkannte Tatsache, daß das Ganze nicht nur mehr, sondern etwas anderes ist als die Summe von Teilaspekten, hat vor dem Interesse an der Untersuchung von eng begrenzten, objektivierbaren Funktionszusammenhängen - der Beobachtung der Wechselwirkung von Einzelereignissen - wieder an Beachtung verloren. Die Bedeutung dieser Tatsache bleibt jedoch unangefochten bestehen: bei einer isolierten Untersuchung von Teilaspekten geht Information verloren, die für die Konstitution des Ganzen wesentlich ist, umfassende Zusammenhänge bleiben unbeachtet. Eine Analyse, die - im Gegensatz zu WUNDT und auch der modernen Emotionspsychologie - von "oben nach unten" verläuft, die also das Ganze in seinen komplexen inhaltlichen Zusammenhängen berücksichtigt, ist deshalb erforderlich.

Aus den vorausgehenden Ausführungen wird damit die Notwendigkeit eines ganzheitlichen, integrativen theoretischen Ansatzes deutlich, der seinen Ausgangspunkt von einer möglichst voraussetzungsfreien systematischen Beobachtung und Beschreibung desjenigen nimmt, was Gefühlsprozesse im Erlebnis kennzeichnet.

Mit WUNDTs Konzept der einheitlichen Gefühlsresultante, dem sogenannten "Totalgefühl" und seiner Beobachtung des zeitlichen Ablaufs von Gefühlsreaktionen sind wichtige Merkmale des subjektiv erlebten Gefühls aufgezeigt, die in abgewandelter Form in den Untersuchungen von CORNELIUS wiederkehren: dieser sieht Gefühle als das im Bewußtsein primär und ganzheitlich-ungegliedert Gegebene (Prädikate, Gestaltqualitäten des jeweiligen Gesamtbewußtseinsinhaltes), und Elemente bzw. jede Form der Gliederung als das Ergebnis eines später einsetzenden Prozesses der Analyse.

Mit LIPPS Feststellung einer gefühlsmäßigen Wechselbeziehung zwischen erlebter Innen- und Außenwelt - die er über die Vorgänge der Apperzeption und Einfühlung verdeutlicht - ist eine weitere wichtige Kennzeichnung des Gefühlsmäßigen gegeben. Im Gegensatz zu WUNDT und CORNELIUS, die Gefühle als "Reaktionen des Bewußtseins" auffassen, schließt LIPPS zudem aus introspektiven Beobachtungen, daß Emotionen mit transphänomenalen psychischen Bedingungen verknüpft sind, d. h. in funktionalem Zusammenhang mit der überdauernden, nicht direkt beobachtbaren Struktur des Individuums stehen (tiefe Gefühle stehen in enger Beziehung mit dem Wertsystem der Persönlichkeit). Damit werden Gefühlsreaktionen als willentlich kaum steuerbare, fundamentale Reaktionen mit unverrückbarer subjektiver Gültigkeit gekennzeichnet, die sich von Reaktionen mit wenig ausgeprägtem Emotionsgehalt durch ihre starke subjektive Betroffenheit abheben.

Die Bedeutung der Untersuchungen von WUNDT, CORNELIUS und LIPPS liegt in dem Bemühen um eine exaktere Formulierung

desjenigen, was sich als "Gefühl" im psychischen Geschehen abzeichnet. Trotz dieser wichtigen Beobachtungen besteht - so kritisiert KRUEGER (1928) - weiterhin weitgehend Unklarheit darüber, "welche wohlumschriebenen Phänomene es in einer Gefühlstheorie zu deuten gilt. ... Kaum zwei Lehrbücher stimmen darin überein, wie denn rein tatsächlich das Gefühlsmäßige in und an unserem Erleben gegen das Nicht-Gefühlsmäßige abzugrenzen sei" (zit. nach KRUEGER, 1953, S. 197). KRUEGER bemüht sich um eine solche Abgrenzung, diese, sowie der damit einhergehende theoretische Ansatz, werden im folgenden dargestellt.

5.3. KRUEGER: ASPEKTE VON GEFÜHL IM SUBJEKTIVEN ERLEBEN

KRUEGER geht von der systematischen Beobachtung und vergleichenden Beschreibung der komplexen Erscheinung Gefühl selbst aus und versucht eine Analyse "von oben nach unten", bei der er stets das Ganze des Erlebens in seinen unmittelbaren Bezügen im Auge behält. Gleichzeitig überwindet er das Methodendogma der klassischen Introspektion - jede dem Problem angemessene Untersuchungsmethode wird akzeptiert: Phänomenologische Analyse (natürlicher Ganzheiten), Verhaltensbeobachtung und Experiment stehen gleichberechtigt nebeneinander. Wie ging KRUEGER (1928) vor?

Ausgangspunkt und wiederkehrender Bezugspunkt seiner Untersuchungen war die Frage: "Gibt es überhaupt etwas Gemeinsames der Erscheinung oder der Funktion, das den Namen 'emotional' positiv erforderte und ihn zur Bedeutung eines identischen Begriffs erhöhe?" (zit. nach KRUEGER, 1967, S. 33). Diese Suche nach dem Wesen der Erscheinung, nach universellen Merkmalen von Gefühlen zielt auf das Spezifische, "Niefehlende", das in jedem Erlebnis vorhanden ist, das also zugleich ein Allgemeines repräsentiert (vgl. HEUSS, 1953, S. 15). Spezifisches und Allgemeines stehen also auch hier in enger Verbindung.

Obwohl die konkreten Gefühlserlebnisse (z. B. Trauer, Glück, Langeweile) als unmittelbar gegebene Ganze ausgeprägte qualitative Verschiedenheiten zeigen, haben sich in der Auswertung zahlreicher, größtenteils experimenteller Untersuchungen eine Reihe gemeinsamer Merkmale von Gefühlen herausgestellt. Diese Phänomenbeschreibungen sah KRUEGER als Grundlage einer allgemeinen Theorie der Gefühle an. Seine Arbeiten sind für die Gefühlspsychologie von fundamentaler Bedeutung, allein das Sprachpathos und die weltanschauliche Gebundenheit machen sie schwer lesbar. Möglicherweise erscheinen gerade diese im folgenden diskutierten gemeinsamen Merkmale von Gefühlen manchem Leser als trivial, da sie ihm aus der persönlichen Erfahrung hinreichend bekannt sind. Dies würde jedoch ihre grundlegende Bedeutung für das subjektive Erleben und damit für den Prozeß des Gefühls schlechthin nur unterstreichen.

5.3.1. NICHTGLEICHGÜLTIGKEIT ODER WÄRME, BEWUSSTSEINERFÜLLENDE BREITE

Was ist mit jedem einzelnen emotionalen Zumutesein unmittelbar gegeben? Gibt es universelle Merkmale von Gefühlen im subjektiven Erleben? Diese Frage ist wichtig in dem Bestreben, das Gefühlsmäßige gegen das Nicht-Gefühlsmäßige wenigstens in einem grobgesteckten Rahmen abzugrenzen.

In KRUEGERS Untersuchungen (1928) werden folgende phänomenologischen Gemeinsamkeiten erkannt: "bewußtseinerfüllende Breite", "von einer anderen Seite her ist es, wie schon LOTZE sah, ihre 'Nicht-Gleichgültigkeit', positiv ausgedrückt ihre 'Wärme' oder ihr 'Gewicht'" (zit. nach KRUEGER, 1967, S. 43). ¹⁾

1) Alle folgenden Zitate sind der Sonderausgabe "Über das Gefühl" (1967) entnommen, die die Neuauflage der beiden Veröffentlichungen "Die Tiefendimension und die Gegensätzlichkeit des Gefühlslebens" (1918) und "Das Wesen der Gefühle" (1928) enthält. In den folgenden Ausführungen wird daher im Anschluß an die Zitate nur auf die entsprechenden Seiten dieser Ausgabe verwiesen.

In physikalischen Bedeutungszusammenhängen heißt Wärme "Energie", ausstrahlende Energie, die sich im Raum verbreitet und ihn ausfüllt oder einen Körper durchdringt. Im psychologischen Geschehen kennzeichnet "Wärme" ähnliche Vorgänge, in der Umgangssprache selbst wird der Begriff zur Beschreibung von Gefühlen gebraucht (Mir wurde ganz warm vor Freude oder heiß vor Wut). Er kennzeichnet Gefühl als dynamischen, alles durchdringenden Prozeß, in dem auch Nicht-Stimmiges "überstrahlt" und Gegensätze vereint, ja geradezu eingeschmolzen werden können. In diesem Sinne spricht SCHOPENHAUER von der "unaufhaltsamen Freudigkeit", die sich verbreitet.

In engem Zusammenhang damit steht das Merkmal "bewußtseinerfüllende Breite": Gefühle drängen nicht nur nach Beachtung, sondern können das Bewußtsein des Erlebenden weitgehend ausfüllen, gewichtig beherrschen.

Im Erleben bewußtseinerfüllenden Gefühls bekommen unsere Gedanken eine neue Richtung, werden Wahrnehmungen und individuelle Zielsetzungen umstrukturiert, ja es können sogar Vergangenheit und Zukunft in einem neuen Licht erscheinen.

Mit diesen Eigenschaften von Gefühl ist ein theoretisch bedeutungsvoller Zugang zu den Gegebenheiten des Gefühlsartigen eröffnet, über den zudem ein stetiger Übergang vom Emotionalen zum Nicht-Emotionalen darstellbar wird. In der subjektiven Erfahrung treten die herauskristallisierten Merkmale des emotionalen Geschehens umso deutlicher hervor, je intensiver und tiefer die Erlebnisse sind und je länger sie damit nachwirken. KRUEGER (1928) folgert in diesem Zusammenhang: "Was immer sonst an unseren Erlebnissen oder innerhalb ihrer unterschieden werden kann, nähert sich qualitativ den angegebenen Merkmalen (gefühlsartig) in dem Maße, als es eben den Gesamtumfang des Erlebens ganzheitlich erfüllt und andererseits den Erlebenden nicht gleichgültig anmutet" (S. 43).

Scheint damit auch der Gegensatz von Emotionalem zu Nicht-Emotionalem wieder aufgeweicht zu sein, so entspricht dies weitgehend dem hier in Frage stehenden Phänomen, meint KRUEGER (1928), wobei es bei einem "rein erscheinungsmäßigen Beschreiben weniger auf ausschließende Gegenüberstellungen ... als auf Wirklichkeitsnähe, auf Vollständigkeit und Zusammenfassung dessen ankommt, was wesentlich zusammengehört" (S. 43). Die hier aufgegriffenen, in emotionalen Prozessen unterschiedlich ausgeprägten universellen Merkmale des Geschehens müßten im Erleben von intensiven Glücksgefühlen besonders deutlich werden. Sie lassen sich als gegebene Eigentümlichkeiten zunächst nicht weiter zurückführen, jedoch können sie jedem normalen Erlebenden unmittelbar dargelegt werden.

Aus der Analyse dieser Beobachtungen leitet KRUEGER folgerichtig wichtige grundlegende Merkmale von Gefühl ab - dies auf der Grundlage des Untersuchungsergebnisses, daß Gefühle die spezifischen "Komplexqualitäten" des jeweiligen Gesamterlebnisses sind. Was heißt das? KRUEGER (1928) ordnete - sowohl auf experimenteller als auch auf theoretischer Grundlage - den von CORNELIUS ursprünglich in die Psychologie übernommenen "Gestaltqualitäten" den umfassenderen Begriff 'Komplexqualität' über, "weil der Tatbestand unmittelbar gegebener und vergleichbarer Qualitäten von Erlebnisanzeigen auch, sogar vorzugsweise an unscharf begrenzten, heterogenen und diffusen, ja gänzlich ungegliederten Gegebenheiten ... 'gefühlartig' verwirklicht ist - und zwar viel häufiger sowie genetisch früher als bei 'Gestalten' in engerem Sinne" (S. 38). Im folgenden werden die unter diesen Voraussetzungen herausgearbeiteten Merkmale des Gefühlsmäßigen aufgezeigt.

5.3.2. UNIVERSALITÄT

Die Einfärbung aller in einem bestimmten Augenblick gleichzeitig vorhandenen Bewußtseinsinhalte, die durch das Gefühl als Erlebniseinheit zusammengeschlossen werden, nennt KRUEGER "Universalität des Gefühls". Die vorfindbare Erlebnisweise wird deutlich ablesbar durch "das Zusammenschließen alles Gleichzeitigen zu einer mehr oder weniger geschlossenen Ganzheit, das irradiierende Überstrahlen der Gefühlsfarbe auch auf das ursprünglich oder in anderen Fällen nicht dazu Stimmende, die erfahrungsmäßige Abhängigkeit des Gefühls von kleinen Änderungen der Teilinhalte und ihrer Konstellation" (KRUEGER, 1918, S. 15/16).

Gefühlserlebnisse sind keine vom übrigen psychischen Geschehen getrennte Prozesse, sie sind nicht in sich gestaltet. Aus eben diesem Grunde können auch Aspekte von Emotionen in spezifischen psychologischen Teilgebieten nicht das erfassen, was in einem emotionalen Prozeß gegeben ist. Aspekte oder "Teile" des Erlebens von Gefühlen sind nicht so isolierbar wie etwa die Atome einer körperlichen Substanz. Angesichts der Bedeutung für unseren Zusammenhang seien die Worte, mit denen F. KRUEGER (1928) die Ergebnisse der Untersuchungen zu diesem Gesichtspunkt zusammenfaßt, ausführlich wiedergegeben: "Die Aktualgenese ¹⁾ ... zeigt überall, daß gesonderte Empfindungen, Wahrnehmungen, Relationen, auch Erinnerungen, deutliche Gedanken, entschiedene Willenshaltungen, kurz alle Erlebnisgliederung, sich in einem, wenngleich kurzen Zeitverlauf erst abspalten aus diffuser Gefühlsgerichtetheit und daß sie zweitens funktional

1) Im aktualgenetischen Experiment wird das Gewahrwerden bestimmter Gegenstände, Situationen usw. auf verschiedenste Weise erschwert, so daß unterschiedliche Reaktionsformen in ihrem zeitlichen Verlauf und in ihrer Interaktion beobachtet werden können.

immer davon beherrscht bleiben; jedenfalls bleiben sie durchweg, mehr oder weniger innig, in Emotionales eingebettet, das die 'Lücken' sozusagen des gesamten Erlebnisbestandes erfüllt und für alles sich etwa Abhebende den gemeinsamen 'Hintergrund' bildet. Gefühl ist der mütterliche Ursprung aller übrigen Erlebnisarten und ihrer aller ergiebigster Nährboden. Wenn einem Lebewesen psychisch etwas widerfährt, beobachten wir jedesmal oder erschließen mit gutem Grunde ein gefühlsmäßiges Zumutesein" (S. 46/47).

Damit wird gleichzeitig das genetische Primat einer wenig gegliederten, diffusen Gefühlserichtetheit vor den "ausgegliederten", differenzierteren Erlebnisgliederungen (Wahrnehmungen, Prozesse im kognitiven Bereich) festgestellt - wobei letztere immer in Emotionales integriert bleiben.

Gefühle als "Erstreaktion" auf nahezu jede Reizkonstellation - ohne Mitwirkung des Bewußtseins, als unmittelbare Reaktion des Organismus - sind sowohl im psychischen Geschehen des Einzelnen als auch in sozialen Beziehungen von höchster Bedeutung. Sie stehen in direktem Zusammenhang mit dem Gesamt des psychischen Erlebens. Die nie fehlende, unmittelbar wahrgenommene Eigen- bzw. Erlebnisqualität dieses "Gesamtganzen" (KRUEGER) ist dasjenige, was wir als Gefühl erleben und bezeichnen: als Lust, als Zorn oder als Glück. Umgekehrt ist das Gefühl "jederzeit auf alles unmittelbar bezogen, was gleichzeitig oder in erlebter Nachbarschaft damit vorgefunden wird. Man denke an die Synästhesien, an überraschende Einfälle und Gedankensprünge, an die Spiele der Phantasie; sie werden sämtlich durch Gefühlsbeziehungen vermittelt" (KRUEGER, 1928, S. 50). Diese Beobachtungen sind im psychologischen Laboratorium vielfach bestätigt worden.

Gefühlsprozesse durchdringen also alle anderen damit im Zusammenhang stehenden psychophysiologischen Prozesse, so z. B. das Denken, die Wahrnehmung und das Gedächtnis, diese wären ohne ihre emotionalen Korrelate nicht mehr denkbar.

Es besteht ein Netz von Verbindungen, ohne daß dies immer klar hervortritt. Eine Trennung - vorwiegend aus forschungspraktischen Gründen - ist artifiziell. Konkret ist das "Gesamtganze" (KRUEGER) in der Umfassendheit der äußeren Situation im Zusammenwirken mit der erlebenden Persönlichkeit in ihrer ganzen psychophysischen und erfahrungsbedingten Komplexität gegeben.

5.3.3. BEWEGLICHKEIT, LABILITÄT UND QUALITÄTENREICHTUM

"Von allen Formen ... unseres Erlebens sind die emotionalen ('movere' kennzeichnete ursprünglich die Bewegung von einem Ort zu einem anderen) am meisten flüchtig, labil, wie schon der Name sagt: beweglich. Viele von Ihnen sind von einer geradezu unnahbaren Zerbrechlichkeit." (KRUEGER, 1928, S. 33).

- Lust, Angst, Freude unterliegen nicht nur einer beständigen Veränderung in bezug auf ihre Intensität und Ausgeprägtheit, sondern sie gehen ständig ineinander über, ja schlagen eventuell in ihren qualitativen Gegensatz um. Aus Freude wird Trauer, aus Schmerz Lust.
- Auch können sie sich - bei zunächst unbemerkt bleibender Veränderung der Bewußtseinslage - in Indifferenz auflösen: so können sich Haß oder Gefühle der Liebe in Gleichgültigkeit verwandeln.

Ebenso wie das Merkmal "Universalität" leitet KRUEGER das Prinzip der Beweglichkeit oder "Labilität" und den Qualitätenreichtum der Gefühle aus der Konzeption von Gefühl als Komplexqualität des Gesamtbewußtseinsinhaltes ab: Die Beweglichkeit der Gefühle steht in unmittelbarem Zusammenhang mit dem jeweiligen, sich meist recht schnell verändernden Gesamt des psychischen Erlebens, kleinste Veränderungen kommen "gefühlsmäßig" als "Angemutetsein" oder "Zumutesein" ins Bewußtsein: "Ändert sich an einem Erlebnisse etwas überhaupt, so ändert sich jederzeit auch das Gefühl" (KRUEGER, 1928, S. 47). Jede Veränderung von Teilmomenten eines Er-

lebnisses färbt - meist noch bevor dies zu Bewußtsein kommt - dessen Gesamtqualität um.

Die Beweglichkeit der Gefühle macht es außerordentlich schwer, sie zu beobachten. Sind Empfindungen, z. B. des Geschmacks von Wein, unter relativ konstanten Rahmenbedingungen als Erlebnisse zu unterschiedlichen Zeitpunkten weitgehend identisch, so sind Gefühle in dieser Hinsicht unberechenbar. Dazu kommt ihre Unnahbarkeit für den gedanklichen Zugriff. Obwohl sie, gegeben in der Unmittelbarkeit des Erlebens, mehr oder weniger nach Beachtung drängen, verändern sie sich unvermeidlich, wenn wir sie gleichzeitig gezielt beobachten, über sie nachdenken, sie zergliedern. Die dem Gefühlserlebnis innewohnende Unmittelbarkeit und Intensität gehen dann verloren. Anders wirkt jedoch die Vergegenwärtigung einer Situation (einer Person, eines Gegenstandes), durch die wir Glück, Trauer oder Wut erlebt haben. Die ursprünglichen Gefühle stellen sich meist mit erstaunlicher Aktualität wieder ein (vgl. ANSCHÜTZ, 1953, S. 282).

Unter dem Gesichtspunkt der "Beweglichkeit" des Gefühls sagt somit die Fixierung einzelner Punkte in dem Geschehen, die abstrahierende Betonung bestimmter Aspekte, wenig über den Prozeß des Gefühls, sondern macht "mit Begriffen das fließende Geschehen starr" (KRUEGER, 1928, S. 52).

Emotionales Erleben ist als fortlaufender Strom zu denken. In diesem Symbol spiegelt sich die Zeitlichkeit wieder, der wir nicht entrinnen können: sie ist in der Abfolge von Erlebnissen unmittelbar gegeben, zeigt sich in der Veränderung von Intensität und Qualität des Gefühls in Abhängigkeit von einer Vielzahl von Bedingungen. Der zeitliche Verlauf des emotionalen Geschehens scheint zu seinen wesentlichen Merkmalen zu gehören: nicht nur die Dauer, sondern die Dynamik des Einsatzes, des Umschlagens in qualitative Gegensätze, des Verebbens, des Aufsteigens und Verweilens um Höhepunkte, die Gewöhnung, das Nachwirken in der Erinnerung, das spontane Anwachsen und schließlich sogar die Verankerung im Gedanklichen.

Aus der Ganzqualität des Gefühls, so folgert KRUEGER (1928) weiter, ergibt sich schließlich emotionale Vielfältigkeit: "Schon aus den Regeln der Kombinationsrechnung ist zu erwarten, daß es mehr Komplexqualitäten gibt, als Qualitäten letzterer, nicht mehr zerlegbarer Erlebnisteile" (S. 48). KRUEGER konzipiert in dem Bemühen, diesen Qualitätenreichtum zu beschreiben, eine die drei WUNDTschen Hauptrichtungen des Gefühls übergreifende Dimension: Tiefe bzw. Flachheit des jeweiligen Gefühls.

5.3.4. TIEFE UND GEGENSÄTZLICHKEIT

Gefühle haben nicht nur die Tendenz, das Bewußtsein des Erlebenden weitgehend auszufüllen, gewissermaßen in die Breite zu gehen, sondern es besteht eine weitere Ausdehnungsdimension, die KRUEGER (1918) als "Tiefendimension des Gefühls" in die Psychologie eingeführt hat. Sie beinhaltet, formal betrachtet, "eine qualitative Änderungsrichtung der Gefühle, im Sinne stetig zu- und abnehmender Ähnlichkeit. Sie schließt keine andere Qualität des Fühlens gegensätzlich von sich aus, sondern pflegt mit solchen völlig einheitlich verbunden aufzutreten" (S. 19). In der Tiefendimension des Gefühls, die zunächst als beschreibende Ordnung zu verstehen ist, vollendet sich für KRUEGER der Qualitätenreichtum der Gefühle.

Wie zeigt sich diese Tiefendimension des Gefühls im subjektiven Erleben, wie ist sie ihrem Inhalt nach zu begreifen?

Vergleichen wir Vergnügen mit Glück, augenblicksbestimmte Verärgerung mit tiefem Kummer, Verliebtsein mit Liebe oder Spott mit blindem Haß und versuchen wir, das erscheinungsmäßig qualitativ sehr Verschiedenartige dieser Gefühle zu beschreiben, so vermögen Intensität, Breite und Dauer der Erlebnisse nicht dasjenige erschöpfend zu kennzeichnen, was die Gegensätzlichkeit der beiden Gruppen ausmacht. Versuchen wir jedoch, das im Erlebnis Vorfindbare zu beschreiben, so kommt die Unterschiedlichkeit unmittelbar zu Be-

wußtsein: die Gefühle haben eine verschieden große individuelle Resonanz, mehr oder weniger starke Ausprägung von "Tiefe", von Einbettung in die individuell-charakteristischen Wertordnungen der Person. In tiefen Gefühlen werden individuell-charakteristische Wertordnungen - in ihrer subjektiven Bedeutsamkeit zu unterscheiden von bewußt übernommenen und sachlich-intellektuell erschlossenen - in einem nicht weiter ableitbaren emotionalen Erlebnis offenbar, ja transparent. Das macht die Betroffenheit, die individuelle Resonanz aus, die in engem Zusammenhang steht mit der Nachhaltigkeit ihrer Wirkung: obwohl das Gefühl als Erlebnisweise der Ereignisse verklungen und möglicherweise in gleicher oder ähnlicher Form unwiederholbar ist, wirkt es weiter. Tiefe Gefühle sind "Wertgefühle - im Gegensatz zu den augenblicksbedingten Erregungen - Bedeutungsgefühle überhaupt" (KRUEGER, 1928, S. 61), die über die augenblicksbedingte Zuständlichkeit des Erlebenden hinaus auf relativ überdauernde Konstanten im Erleben deuten. "Tiefe" als symbolische Raumdimension bedeutet damit unmittelbares, existenzielles Betroffensein im Gefühl.

KRUEGER (1918) hebt diesen funktionalen Zusammenhang zwischen Gefühlstiefe und individuellem Werterleben nachdrücklich hervor: "Festzuhalten ist meines Erachtens die funktionale Verknüpfung der Gefühlstiefe mit der Tatsache und dem Entwicklungsstande der relativ konstanten Richtungen unseres Gemütslebens, die ich 'Wertungen' nannte" (S. 18).

Die Tiefendimension des Fühlens steht in enger Verbindung mit demjenigen was allgemein als "Gegensätzlichkeit der Gefühle" bezeichnet wird. (Emotionen jeder Art bewegen sich zwischen Gegensätzen, den Gegensätzen z. B. von angenehm und unangenehm, ruhig und bewegt usw..) Diese Gegebenheit beeinflußt nicht nur den Gesamtverlauf emotionalen Geschehens fundamental, sondern ist ebenso für alle tieferen Gefühlsmomente von grundlegender Bedeutung. In "tiefem" Gefühl zeigt sich die "Beziehung der Gegensätzlichkeit", in sich selbst scheinbar ein Paradox, nicht in einem bloßen

Nacheinander entgegengesetzter Gefühlsqualitäten, sondern in logisch schwer begreifbarer Gleichzeitigkeit. Auch LERSCH (1970) erkennt dies und kommentiert treffend: "Von der Logik her sind wir versucht, eine Gleichzeitigkeit zu leugnen, da ja nach dem Satz des Widerspruchs a nicht gleich $\neg a$ sein kann. Die Erfahrung scheint aber darauf hinzuweisen, daß das Gefühlsleben sich nicht an die Gesetze der Logik hält und daß tatsächlich entgegengesetzte Gefühlsregungen gleichzeitig erlebt werden, wobei außerdem daran zu erinnern ist, daß der Begriff der Gegenwart im Psychologischen gar nicht in der logisch strengen Form des ausdehnungslosen mathematischen Jetztpunktes verstanden werden darf, sondern als ein Bereich aufgefaßt werden muß, der eine Rolle mathematischer Gegenwarten umgreift" (S. 294/295).

Gegensätzlichkeit ist in diesem Sinne als dem tiefen Erleben selbst innewohnende Polarität zu verstehen: "Die tiefsten Bewegungen des Gemütes scheinen ohne Ausnahme darin übereinzustimmen, daß sie weitgespannte Gegensätze des Fühlens gleichzeitig, unmittelbar in sich vereinen" (KRUEGER, 1918, S. 20). So enthält tiefes Glück in sich zumeist gleichzeitig eine Ahnung von Wehmut, ein wenig Trauer oder, wie KRUEGER (1918) in diesem Zusammenhang äußert: "Dem Krieger, wie jedem, der sein Leben in die Schanze schlägt, vertiefen sich die einfachsten, auch 'sinnlichen' Gefühle durch ihre gegensätzliche Bezogenheit auf den Tod. ... Eine gute Nachricht wirkt viel tiefer beruhigend und entspannend, wenn gleichzeitig und einheitlich mit dem Gesamterlebnisse verwoben, noch ernste Befürchtungen in uns lebendig sind" (S. 21).

Im Gegensatz zum flachen, einförmig gerichteten Erleben z. B. von augenblicksbestimmter Lustigkeit oder Traurigkeit haben also tiefere Gefühle etwas mehrfach Gerichtetes, das dennoch einheitlich zusammengeschlossen erlebt wird. Erleben und Aushalten einer solchen vertiefenden Gegensätzlichkeit, die Öffnung für die schmerzhaften Spannungen, die ihr innewohnen, erwachsen - so schließt KRUEGER (1918) - aus schöpferischer Kraft und erfordern "ein gebildetes und bil-

dendes Gemüt, das mit innerer Notwendigkeit ernsthafte, auch harte Gegensätze aufeinander bezieht, weil es fühlend sie gleichzeitig und ganzheitlich umspannt. In diesem Sinne ist der Kontrast ein beherrschendes Prinzip künstlerischer Gestaltung" (S. 21). Die "Gegensätzlichkeit" der Gefühle ist nicht wie die allgemeinen Charakteristika "innere Wärme" und "bewußtseinerfüllende Breite" in jedem Gefühlserlebnis unmittelbar gegeben, sondern sie wird häufig erst in dem Vergleich bestimmter Erlebnisqualitäten miteinander fühlbar.

KRUEGER (1918) hebt schließlich noch hervor, daß Gegensätzlichkeit und Tiefe des Gefühls in enger funktionaler Beziehung zur Abstumpfbarkeit der Gefühle stehen: "Der Gegensatz der Gefühle wirkt aller Abstumpfung entgegen. Je tiefer ein Gefühl ist, um so fester und zugleich um so gestaltenreicher behauptet es sich gegen den Mechanismus der Abstumpfung. Der Wirkungszusammenhang ... zwischen der Tiefe unseres Erlebens und seiner Gegensätzlichkeit scheint sich vom emotionalen aus über alle Gebiete des seelischen Geschehens zu erstrecken" (S. 24).

5.3.5. STRUKTUR

Die Tiefendimension des Gefühls, zunächst konzipiert als beschreibende Ordnung der Phänomene, öffnet den Weg ins Transphänomenale. Sie steht theoretisch in direktem Zusammenhang mit dem von KRUEGER im Jahre 1923 neu konzipierten Begriff der "Struktur". Damit verläßt er das ursprüngliche Konzept von CORNELIUS und nähert sich wieder der theoretischen Ausgangslage bei LIPPS.

Die Verwendung des Struktur- oder Entwicklungsbegriffs ist für die Ganzheitspsychologie geradezu unerläßlich, da mit ihrer Hilfe erlebte Zusammenhänge, Bedeutungserlebnisse (im Gegensatz zu WUNDT schloß KRUEGER assoziierte Bedeutungen in die Analyse der Phänomene ein) in ihren Bezügen, in ihrem Spannungsgefüge beschreibbar und analysierbar wur-

den: "Struktur bezeichnet ursprünglich eine Eigenschaft eines Ganzen, und zwar seinen Aufbau, die Anordnung seiner Teile oder Glieder einschließlich der geordneten Gesamtheit der Zusammenhangsverhältnisse zwischen ihnen" (LEXIKON DER PSYCHOLOGIE, 1971).

Für KRUEGER ist Struktur nicht - wie in der WUNDTschen Psychologie - über die Isolierung von Bewußtseins-elementen und die Erforschung der Gesetzmäßigkeiten ihrer Zusammensetzung analysierbar. Sie ist transphänomenal, jedoch in der Tiefendimension des Fühlens direkt erlebbar. Was heißt das?

Eine systematische Bedingungsanalyse erfordert - im Gegensatz zur Deskription - nach KRUEGER die Abstraktion auf überdauernde strukturelle Bedingungen hin. Struktur umfaßt also die "bewußtseinsjenseitigen Bedingungsgrundlagen" des Erlebens, relativ stabile Dispositionen, die vor allem durch früheres Erleben bedingt sind und die mit biologischen, kulturellen und psychologischen Faktoren in Beziehung stehen: "Psychische Struktur bedeutet einen Dauerzusammenhang, den wir aus verglichenen und zergliederten Erfahrungen erschließen, um Erlebnisse als gesetzlich notwendig zu begreifen. ... Psychisches Geschehen ist jeweils durch einen Komplex von Angelegenheiten, relativ beharrenden Gerichtetheiten, z. B. durch verbundene Nachwirkungen früheren Erlebens nachweislich bedingt; dieser Wirkungskomplex ist in sich zu einer den Augenblick überdauernden Einheit zusammengeschlossen" (KRUEGER, 1926; zit. nach KRUEGER, 1953, S. 122).

Gleichzeitig gehört zu den wesentlichen Merkmalen der so gekennzeichneten Strukturen, daß sie sich entwickeln: sie werden sowohl beharrend als auch prozeßhaft gesehen. Dabei bedeutet Entwicklung nicht nur Ausfaltung des genetisch Vorhandenen, sondern ebenso strukturelle Differenzierung in der Auseinandersetzung mit sozialen und kulturellen Faktoren.

Im Begriff der Struktur ist also nicht nur eine Möglichkeit gegeben, den Zusammenhang zwischen aktuellen Einzelphänome-

nen zu sehen, sondern ebenso denjenigen mit überdauernden Bedingungsbeziehungen. Struktur ist damit ein hypothetisches Konstrukt, das über eine Bedingungsanalyse - die auf die Herausarbeitung funktionaler Konstanten zielt, auf Regelmäßigkeiten im Auftreten individuell umschriebener Phänomene - erschlossen werden kann. Gleichzeitig und im Zusammenhang damit ist Struktur über die Tiefendimension des Gefühls analysierbar: Gefühle haben mehr oder weniger starke Ausprägung von Tiefe, von Integration in die psychologische Struktur und die damit zusammenhängenden individuell-charakteristischen Wertordnungen der Person. In tiefen Gefühlserlebnissen wird somit Struktur erlebbar, denn die Werthaltungen des Menschen bilden ihr Kernstück.

Im Begriff der Struktur ist damit der individuelle Bedingungsbeziehung erlebten Gefühls gekennzeichnet: seine ausgeprägte Subjektivität wird über die Herausarbeitung funktionaler Konstanten als notwendig zu begreifender individueller Zusammenhang zwischen Bedingungen und Folgen dargestellt. Dieses Ziel der Analyse kennzeichnet - im Sinne KRUEGERS - die Spannung zwischen dem individuell-subjektiv Gültigen und dem Allgemeingültigen als Kern der Erforschung allgemeiner Gesetzmäßigkeiten in der Psychologie.

5.3.6. DISKUSSION

1. Aus den vorausgehenden Überlegungen wird nicht nur deutlich, daß die qualitative Mannigfaltigkeit der psychischen Phänomene angesichts eines Mangels an erlebnispsychologischen Untersuchungen zurückgeschnitten wird, sondern ebenfalls, daß die Gefahr eines extremen Reduktionismus in der modernen Emotionspsychologie (Gefühl im Kontext der Motivations-Aktivations- und Kognitionspsychologie) eine grundsätzliche Rückbesinnung auf dasjenige notwendig macht, was wir mit "Gefühl" bezeichnen. Dies schließt die ganzheitliche Sicht des Phänomens ein.

KRUEGERS Beobachtungen und Überlegungen zum "Wesen der Gefühle" sind darum heute wieder von Bedeutung, sie können als Basis für eine Grundsatzdiskussion in der Gefühlspsychologie gesehen werden.

2. KRUEGER erkennt den eigenständigen Charakter von Emotionen und berücksichtigt gleichzeitig ihre Integration in das psychische Gesamtgeschehen. Er sieht Gefühle nicht mehr als spezifischen psychologischen Fachbereichen zugehörig (z. B. Wahrnehmungspsychologie, Physiologie), sondern schließt aus seinen Beobachtungen, in denen die in einem Erlebnis primär gegebene Ganzheitlichkeit im Emotionalen repräsentiert ist: Gefühle sind nicht "sekundäre Phänomene", sie gehen anderen psychischen Prozessen genetisch voran und sind im Sinne der Universalität korrelativ mit allen im Augenblick gegebenen Reizen verbunden. Die zentrale Funktion von Gefühl ist damit in dem Zusammenschluß und der Integration dieser in einem bestimmten Augenblick gleichzeitig vorhandenen Bewußtseinsinhalte zu sehen, sowie im Verweis auf relativ konstante emotionale Dispositionen. In diesem Sinne erweist sich das Gefühl - als unmittelbarste Reaktion auf Reizkonstellationen (im Sinne einer subjektiven Befindlichkeit, einer Qualität des gefühlsmäßigen Zumuteseins) mit zudem starker persönlicher Betroffenheit und ausgeprägtem subjektivem Wahrheitsgehalt - als sensibelster Indikator für Veränderungen im psychischen Geschehen überhaupt: "Kleinste Veränderungen in irgendeinem Teile des Erlebnisfeldes (kommen) 'gefühlsmäßig' zum Bewußtsein ... lange bevor man sagen kann, 'wo' sich etwas geändert hat und was es genauer damit auf sich hat" (KRUEGER, 1928, S. 51).
3. Ausgehend von der Beschreibung der universellen Merkmale von Gefühl im subjektiven Erleben ist auch das Emotionale gegen das Nicht-Emotionale in groben Zügen abgrenzbar, gleichzeitig können folgerichtig weitere grund-

legende Aspekte von Emotionen abgeleitet und theoretisch integriert werden. Auf die Aspekte der "Universalität" und der "Beweglichkeit" bzw. "Labilität" von Gefühlen wird hier besonders hingewiesen, da sie in experimentellen Untersuchungen, in denen nur Punkte in einem bewegten Geschehen analysiert und herausgehoben werden können, weitgehend unberücksichtigt bleiben. KRUEGERs Stärke liegt in seiner ausgeprägten Beobachtungsgabe und deskriptiven Kraft, in tiefgreifender Erfassung psychischer Realität. Dies hatte zur Folge - so meint WELLEK (1972) - "daß er in seinen theoretischen Konzeptionen vielfach nur rahmenhaft blieb und das Letzte in der Schwere ließ" (S. 365).

4. KRUEGER erkennt weiterhin die Bedeutung der "Tiefendimension des Gefühls" als spezifische Gefühlsqualität, die er inhaltlich von den übrigen Dimensionen des Gefühls absetzt. Er baut sie erstmals in eine systematische psychologische Konzeption ein, in der er die Bezogenheit der Gefühle auf ein subjektives, persönlichkeitspezifisches Wertsystem herausstellt. Eine empirische Validierung dieses Konzepts steht aus, dies stellt auch BOTTENBERG (1972) in seinem Kommentar zu KRUEGER (1918) fest: "KRUEGER entwarf die Konzeption einer Dimension, dergemäß Gefühl von der Inanspruchnahme peripherer, situationsverhafteter Funktionsformen in kontinuierlichem Übergang bis zur Mitträgerschaft an den zentralen Dauergeformtheiten der Person reicht, in denen sich die primäre Wertangelegenheiten der Person offenbart und verwirklicht (Gemüt, Gewissen). Die Hypothese einer Tiefendimension ist in Erwartung ihrer empirischen Validierung als wichtiger Bestandteil in ein Emotionskonzept aufzunehmen" (S. 268).
5. Mit der Darstellung dieses Rahmenkonzeptes wird zudem deutlich, daß sowohl KRUEGER als auch CORNELIUS und WUNDT in ihrer Auffassung von Gefühl in diametralem Gegensatz zu den gängigen modernen Gefühlstheorien (IZARD

& TOMKINS, 1966; LEEPER, 1963, 1965; TOMKINS, 1962; TOMKINS & IZARD, 1965 u. a.) stehen, in denen Gefühl als postkognitiv aufgefaßt wird, d. h. in denen angenommen wird, daß Gefühle erst auftreten, nachdem eine beträchtliche Anzahl von kognitiven Prozessen abgelaufen ist. Gefühlsreaktionen wie Zuneigung oder Abneigung, Lust oder Unlust beruhen danach auf vorausgehenden kognitiven Prozessen, d. h. einer Vielzahl von inhaltlichen Feststellungen, der Überprüfung der mit ihnen zusammenhängenden Wertigkeiten und schließlich der Abwägung einzelner Komponenten gegeneinander in einem Vorgang der Verrechnung. Erst nach Abschluß dieser umfassenden kognitiven Analyse erfolgt - nach diesem Modell - die Gefühlsreaktion. IZARD, WEHMER, LIVSEY und JENNINGS (1965) sprechen von der "äußerst wichtigen Rolle des Wahrnehmungs-Kognitions-Systems als 'Vehikel' der Veränderungen im affektiven System: der Verstärkung, der Abschwächung und der Hervorrufung von Gefühlen" (S. 40). Die moderne Auffassung einer kognitiven Konstitution emotionaler Vorgänge und damit die Subsumierung von Gefühl unter kognitive Prozesse zeigt sich eindrucksvoll in den Indices wichtiger Veröffentlichungen zur Kognitionspsychologie: die Begriffe Gefühl, Einstellung, Emotion, Affekt kommen nicht vor (ANDERSON, 1976; ANDERSON & BOWER, 1973; BOBROW & COLLINS, 1975; CROWDER, 1976; KINTSCH, 1974; NORMAN & RUMPELHART, 1975; SCHANK & ABELSON, 1977 u. a.).

KRUEGER (1928) faßt Gefühle als Erstreaktionen auf, als die unmittelbar gegebenen "Komplexqualitäten" von Gesamterlebnissen, aus denen sich erst später kognitive Prozesse herausgliedern. Wegen der Bedeutung dieses grundsätzlichen Unterschiedes sei das Ergebnis seiner Untersuchungen zu diesem Gesichtspunkt nochmals angeführt: "Die 'Aktualgenese' ... zeigt überall, daß gesonderte Empfindungen, Wahrnehmungen, Relationen, auch Erinnerungen, deutliche Gedanken, entschiedene Willenshaltungen, kurz alle Erlebnisgliederung, sich in einem wengleich kurzen Zeitverlauf erst abspalten aus diffu-

ser Gefühlsgerichtetheit und daß sie zweitens funktional immer davon beherrscht bleiben; jedenfalls bleiben sie durchweg ... in Emotionales eingebettet" (S. 46/47).

Gefühle treten unmittelbar auf, sind die erste Reaktion des Organismus auf Reizkonstellationen: Wir können Lust empfinden oder Furcht verspüren, noch bevor wir Zeit gehabt haben, über den Grund dafür nachzudenken. Emotionale Reaktionen können also ohne wahrnehmungsmäßige und kognitive Kodierung auftreten. Auch WUNDT hatte in seinen experimentellen Untersuchungen feststellen können, daß dasjenige, was er als Gefühlselemente bezeichnete, seinen Versuchspersonen in der Introspektion als erstes ins Bewußtsein kam - in sehr allgemeinen, z. T. vagen Äußerungen über die Befindlichkeit (z. B. angenehm, unangenehm). Kognitive Prozesse waren erst später zu beobachten (vgl. Kap. 5.2.1.).

Im Gegensatz zu WUNDT - der aus seinen Untersuchungen Kinder und Tiere ausschloß, da er Beobachtungen auf die klassische Introspektion einengte - bezieht KRUEGER beide Gruppen in seine Analyse ein. Dies in der Diskussion der Annahme, daß für niedrigere Organismen affektive Reaktionen (hier gegebenenmaßen ohne den Einfluß ausgeprägter kognitiver Prozesse) die vorherrschenden Reaktionsformen sind: "Bei den primitiven, den wenig durchgegliederten Wesen ist noch reiner ausgeprägt zu beobachten und wahrscheinlich ist es da noch ausschließlicher durchgehend als bei den zivilisierten, daß auf der Innenseite des Geschehens Ganzqualitäten den Vorrang haben vor allem stückhaft Gegebenen, überhaupt vor allem Besonderen, das daran zu unterscheiden ist. Dies bedeutet nach unseren übereinstimmenden Ergebnissen: Gefühl und Gefühlsartiges übergreift die sämtlichen Formen des Erlebens; nicht zuletzt: es geht ihnen allen genetisch voran" (KRUEGER, 1928, zit. nach HEUSS, S. 259). In der Ontogenese sieht KRUEGER alle genetisch früheren Entwicklungsstadien als in stärkerem Maße von Emotionalem getragen als spätere, in denen parallel mit der zunehmenden Differenzierung der psy-

chischen Funktionen eine Entemotionalisierung eintritt. Die Auffassung, daß Gefühlsreaktionen sowohl phylogenetisch als auch ontogenetisch ältere und damit grundlegendere Reaktionsmuster sind, aus denen sich spätere Reaktionsformen - wie z. B. die Sprache und andere kognitive Prozesse - entwickeln, ist von SUSAN LANGER (1967) in einem ihrer letzten Bücher herausgearbeitet worden. Diese Auffassung ist heute erneut von Interesse (IZARD, 1978, 1979; MELTZOFF & MOORE, 1977).

Die von WUNDT und KRUEGER vertretene These, daß Gefühlsreaktionen die Erstreaktionen auf Reizkonstellationen sind, werden in der Folge ebenfalls von BARTLETT (1932), OSGOOD (1962) und ITTELSON (1973) vertreten, weiterhin von Autoren im Bereich der Sozialpsychologie (ABELSON & ROSENBERG, 1958; HEIDER, 1958; OSGOOD & TANNENBAUM, 1955).

Der zeitliche Aspekt von Gefühlsreaktionen, von WUNDT zunächst aufgezeigt und von KRUEGER in ein Rahmenkonzept integriert - verspricht heute, im Zusammenhang mit einer verfeinerten psychologischen Untersuchungsmethodik, einen angemesseneren Zugang zu demjenigen, was wir als Gefühl erleben und bezeichnen. Der amerikanische Psychologe ZAJONK (1980) hat unlängst die Frage nach dem spezifisch Gefühlsmäßigen - in einem umfassenden Artikel der Zeitschrift "AMERICAN PSYCHOLOGIST" - erneut aufgegriffen und eingehend diskutiert. Er geht in seiner Argumentation von den Beobachtungen WUNDTs (vgl. Kap. 5.2.1.) aus und kann anhand einer großen Anzahl experimenteller Befunde zur Informationsverarbeitung, zu Wahlreaktionen, Einstellungen, Entscheidungsprozessen und klinischen Phänomenen aufzeigen, daß emotionale Reaktionen nahezu unabhängig sein können von denjenigen wahrnehmungsmäßigen und kognitiven Prozessen, von denen im allgemeinen angenommen wird, daß sie die Basis, ja sogar Voraussetzung von Gefühlsreaktionen seien. Er stellt fest, daß diejenige Erfahrung, die wir als Gefühl bezeichnen, sehr früh in dem umfassenden Prozeß der Reizverarbeitung hervortritt, daß Gefühle alle Kognitionen be-

gleiten - was umgekehrt nicht zutrefte - und folgert aus den experimentellen Befunden, "daß Gefühl und Kognition unter der Kontrolle von unterschiedlichen und z. T. unabhängigen Systemen stehen, die einander auf unterschiedliche Weise beeinflussen können und daß beide unabhängige Quellen für Effekte im Informationsverarbeitungsprozeß darstellen" (ZAJONK, 1980, S. 151).

In ZAJONKS umfassender, durch empirische Untersuchungen abgestützter Analyse werden u. a. folgende grundlegende Merkmale von Gefühl deutlich: Gefühlsreaktionen treten spontan auf, können willentlich nicht kontrolliert oder unterdrückt werden (nur der Gefühlsausdruck läßt sich unterdrücken); sie sind die erste Antwort des Organismus auf Reize, werden uns zumeist erst später in ihrer Bedeutung bewußt und sind dann häufig mit rationalen Argumenten nur begrenzt erklärbar. Im Vergleich zu Äußerungen über objektive Stimuluseigenschaften, die willentlich steuerbar und relativ leicht auswechselbar sind in ihrer inhaltlichen Gültigkeit, sind Gefühlsreaktionen fundamentalere Reaktionen mit ausgeprägter subjektiver Gültigkeit, die man als "innere", in bezug auf die betroffene Person einzigartige, augenblicklich unverrückbare Wahrheit bezeichnen könnte. Äußerungen darüber, wie angenehm wir jemanden empfinden oder wie abstoßend, sind subjektiv wahr, logische Argumente dagegen versagen zumeist kläglich: emotionale Reaktionen laufen nach eigenen Gesetzmäßigkeiten ab.

ZAJONK (1980) sieht hierin eine der wesentlichen Bedingungen für ihre Stärke und ihre Persistenz: "Experimente zum Perseveranz- bzw. Persistenzeffekt und die Tatsache, daß Einstellungen eigentlich unzugänglich für die Beeinflussung durch Kommunikation sind, bestätigen alle die ausgeprägte Stärke und Beständigkeit von Gefühlen. Gefühle bleiben oft nach der vollständigen Ungültigkeit ihrer ursprünglichen kognitiven Basis bestehen, wie es in dem Fall des Perseveranzphänomens deutlich wird, wo einer Person mitgeteilt wird, daß ihre ursprüngliche Erfahrung von Erfolg oder Mißerfolg gänzlich durch den Experimentator manipuliert, d. h. hergestellt wurde" (S. 157). (Die Experimente zu diesem

Phänomen wurden von ROSS, LEPPER und HUBBARD (1975) durchgeführt.) Nach den Ausführungen von ZAJONK (1980) ist die Subsumierung von Gefühl unter Kognition eine Fehlentwicklung, ein Quasi-Fortschritt der modernen Kognitionspsychologie. Er hält, nach dem gegenwärtigen Stand der Forschung, den Entwurf eines allgemeinen Gefühlsmodells für verfrüht.

Es steht also eine Grundsatzdiskussion im Bereich der Theoriebildung mit der neu aufgeworfenen Fragestellung nach dem spezifisch Gefühlsmäßigen bevor - sowohl unabhängig von als auch im Zusammenhang mit kognitiven Prozessen.

Die von KRUEGER in der "Zweiten Leipziger Schule" entworfene Psychologie der Gefühle wurde - im Gegensatz zu derjenigen von WUNDT - in der deutschen Gefühlspsychologie aufgenommen und weiterentwickelt, u. a. von seinem unmittelbaren Nachfolger PH. LERSCH (KRUEGER geriet in politische Konflikte, die 1938 seine vorzeitige Emeritierung zur Folge hatten), der im Jahre 1942 einem Ruf von Leipzig nach München folgte. Im englischen Sprachraum sind KRUEGER und LERSCH unbekannt, da ihre Abhandlungen in hohem Maße sprachgebunden und deshalb kaum übersetzbar sind.

LERSCHs Stärke liegt in der Ausarbeitung charakterologisch relevanter Ausprägungsformen des Erlebens. Seine Kennzeichnung des spezifisch Gefühlsmäßigen im Zusammenhang mit dem Erleben von Glück ist daher für unsere Fragestellung von besonderem Interesse. Sie bildet im folgenden den Abschluß der Ausführungen zu Untersuchungen der deutschen Gefühlspsychologie.

6. UNTERSUCHUNGEN ZUM ERLEBEN VON GLÜCK

6.1. PHILIPP LERSCH

In der unmittelbaren Nachfolge von KRUEGER - jedoch ebenso MAX SCHELER und ALEXANDER PFÄNDER verbunden - verwendet LERSCH (1970) ¹⁾ den von KRUEGER entwickelten Begriff der Struktur zur Kennzeichnung des "Aufbaus der Person", also als deskriptives Konstrukt für charakterologische Zwecke und nicht mehr als transphänomenale Bedingung des Erlebens und Verhaltens. Er verbindet das Modell der horizontalen mit demjenigen der vertikalen Gliederung. Horizontale Gliederung ist als Vermittlung, als kommunikative Verbindung zwischen Sinneseindruck und innerpsychischem Geschehen ("intramundaner Ganzheitsbezug") und "vertikal" in einem "intrapersonalen Ganzheitsbezug" zu verstehen. Der Aspekt der vertikalen Gliederung wird im Schichtmodell ausgearbeitet, derjenige der horizontalen Gliederung im "Funktionskreis des Erlebens".

Die Analyse der Gefühle stellt ein Kernstück des gesamten Werkes dar. Sie ist in der Feinsinnigkeit der Beobachtung und Beschreibung der Erscheinungen unübertroffen. LERSCH erarbeitet - im Gegensatz zu der grundlegenden und damit generelleren Gefühlspsychologie KRUEGERS - ein stark aufgliedertes Klassifikationssystem von Gefühl, in dem er charakterologisch bedeutsame Formen des Erlebens erfaßt.

Die oben angedeuteten theoretischen Konzepte sollen hier nicht im einzelnen erörtert werden. Von Interesse ist für unseren Zusammenhang vielmehr LERSCHs Festlegung von Merkmalen des Erlebens von Glück. Wie wird Glück erlebt? Wie ist Glück "im Licht der phänomenologischen Erhellung" zu begreifen? Im Zusammenhang mit diesem Beispiel soll gleichzei-

1) Alle im folgenden aufgeführten Zitate sind dieser Ausgabe entnommen, es werden daher nur die entsprechenden Seiten angegeben.

tig im Ansatz deutlich werden wie LERSCH "Gefühl" auffaßt, d. h. welchen konzeptionellen Bezugsrahmen er für diesen Bereich entwickelt.

Synonym mit dem Begriff Glück verwendet LERSCH den Begriff Freude: "Es ist die Freude, in der wir das erleben, was mit Glücksgefühl gemeint ist" (S. 236) und kennzeichnet diese in allgemeinsten Form folgendermaßen:

Freude ist eine "Gefühlsregung ... der Daseinsbereicherung ..., in (der) als Oberton die Thematik des Über-sich-hinaus-seins enthalten ist" (S. 236).

Was heißt das? Zunächst zum Begriff der Gefühlsregung: LERSCH unterscheidet subjektive Befindlichkeiten phänomenologisch nach "Antriebserlebnissen" (Triebe, Strebungen), "Gefühlsregungen" und "stationären Gestimmtheiten". Gefühle ("Gefühlsregungen") sind aktuelle, prozeßhafte Erlebnisse mit abgrenzbarem zeitlichen Verlauf, die sich vor dem Hintergrund der zeitlich überdauernden Gefühlslagen, den Stimmungen ("stationäre Gestimmtheiten") ereignen. So wären z. B. die Lust im Genuß einer schmackhaften Speise oder die Trauer über den Tod eines Menschen als Gefühle ("Gefühlsregungen"), Lustigkeit (Vernügteit) oder Traurigkeit (Schwermut) hingegen als Stimmungen ("stationäre Gestimmtheiten") zu sehen. Denken wir uns Stimmungen in relativ einfachen Verlaufskurven, so bilden Verlauf und Wechsel der Gefühle eine Vielzahl sekundärer Kurven über ersteren.

Stimmungen sind also relativ beharrliche, überdauernde Befindlichkeiten in denen sich frühere Gefühlserfahrungen niederschlagen. Sie sind nicht auf bestimmte Objekte gerichtet, sondern meist diffus-atmosphärisch und von der allgemeinen Körperkonstitution beeinflusst.

Vor dem Hintergrund dieser überdauernden Befindlichkeiten heben sich Gefühle verschiedenster Qualität und Stärke - und somit auch Glück - prozeßhaft ab: "Gefühlsregungen sind seelische Prozesse, Ereignisse, Akte, die zwischen zwei vorgegebenen Polen verlaufen: dem Horizont einer gegenständli-

chen Welt und der ungegenständlichen Mitte des beseelten Lebensträgers" (S. 302). Sie vollziehen sich in verschiedenen Funktionskreisen, die innerpsychisches und umweltspezifisches Geschehen vereinen und die gleichzeitig in der geschichteten seelischen Ganzheit verankert sind. In Gefühls-erlebnissen werden aktuelle Wahrnehmungen, Vorstellungen, Gedanken als anziehend oder abstoßend, angenehm oder unangenehm empfunden. Es sind "Erlebnisse der Bedeutsamkeit, die uns im Gegenüber des Erkannten anspricht. ... Wertergriffenheiten" (S. 219). Im Gefühl wird auf diese Weise "eine eigenartige Beziehung zwischen Umwelt bzw. Welt und unserem eigenen Sein geschaffen" (S. 221).

Zwischen Gefühl und Stimmung sind jedoch die Übergänge fließend, dies wird besonders im Erleben von Glück oder Kummer deutlich. Beide sind häufig nicht mit derselben Sicherheit als gegenständlich bestimmt (bzw. unbestimmt) zu kennzeichnen wie z. B. Lust oder Schwermut.

Die drei phänomenologisch differenzierten Erlebnisformen entsprechen der Zeitlichkeit des Erlebens: der Zukunft, repräsentiert in den Antriebserlebnissen, der Gegenwart in den Gefühlsregungen und der Vergangenheit, verkörpert in den stationären Gestimmtheiten. Sie werden weiterhin von LERSCH folgendermaßen beschrieben: "Charakter der Untergründigkeit" (im Gegensatz zu Vorgängen des Denkens und zielgerichteten Wollens), "es geschieht etwas mit uns", "eine Stimmung überkommt uns", "wir werden (vom Gefühl) ergriffen", Gefühl ist "nicht kontrollierbar", "in den Konturen verschwommen", "ungegenständlich", "flüchtig", "intermediär" (S. 121/221).

Die so charakterisierten Erscheinungen sieht LERSCH als eine spezielle Gruppe psychischer Reaktionen an, die aus einem Bereich aufsteigen, "der für das bewußte Ich nicht mehr überschaubar und kontrollierbar ist. Sie sind uns gegeben als jeweils besondere Art unseres eigensten seelischen Seins, mit dem wir aus dem rational nicht mehr bestimmbar-Grund des Lebens ins Licht des bewußten persönlichen Daseins hineinragen" (S. 121).

In der am Schema des Raumes orientierten Modellvorstellung stellen diese Gehalte des Erlebens eine besondere Schicht dar, die LERSCH als "endothyemen Grund" bezeichnet. Dieser umfaßt nicht nur Gefühle im engeren Sinne, sondern ebenso Triebe, Strebungen, Leidenschaften, Stimmungen. Dabei entsprechen sich Antrieb (Motiv) und Gefühl - ihre phänomenologische Differenzierung verläuft parallel. Sie sind jedoch nicht miteinander identisch, sondern korrelativ miteinander verbunden. Über den Begriff eines "endothyemen Grundes" betont er im Zusammenhang mit dem "Funktionskreis des Erlebens" die zentrale Bedeutung von Gefühl für die Entwicklung und den Aufbau psychischen Geschehens.

Glück ist ein Erlebnis der "Daseinsbereicherung", in dem "als Oberton die Thematik des Über-sich-hinaus-seins enthalten ist" (S. 236). Wie umschreibt LERSCH diese sehr allgemeinen Begriffe? Erlebnisse aus dem Bereich des endothyemen Grundes gliedern sich in drei Bereiche: in Erlebnisse des "lebendigen Daseins", des "individuellen Selbstseins" und des "Über-sich-hinaus-seins", denen bestimmte Wertgerichtetheiten entsprechen. Dabei stimmen Antriebs- und Gefühlserlebnisse in ihrer Thematik überein.

Gefühlsregungen des "lebendigen Daseins" "haben ihr Gemeinsames darin, daß sie das Innewerden des Lebens in der Unmittelbarkeit, Ursprünglichkeit und Dynamik seines Vollzuges zum Ziele haben" (S. 135). In ihnen wird das "Pathos der Lebendigkeit" gesucht, "noch ganz abgesehen von seinen inhaltlichen Leistungen, die in der Selbstgestaltung ... und Selbsterhaltung verwirklicht werden" (S. 135).

In den Bereich der "Antriebserlebnisse des Lebendigen Daseins" gehören: der Tätigkeitsdrang, das Genußstreben, die Libido und der Erlebnisdrang, denen in bezug auf die positiven "Gefühlsregungen des lebendigen Daseins" die Lust, das Vergnügen, die Freude (das Glück), das Entzücken und - in ihrer stärksten Ausprägungsform - die Ekstase als "höchste Aufgipfelung des Lebensgefühls" (S. 319) entsprechen.

Glück ist zudem eine Gefühlserregung des "Über-sich-hinaus-seins", welche als "Umkehrung" der Erlebnisse des "individuellen Selbstseins" zu verstehen ist: Wenn das Individuum "in eine gewisse Isolierung, Abgehobenheit und Gegenstellung zu Umwelt und Mitwelt tritt, so wird diese Isolierung wieder durchbrochen und aufgehoben in den Antriebserlebnissen des Über-sich-hinaus-seins" (S. 133). "Sie sind abgestimmt auf die Teilhabe an der Welt, jedoch nicht im Sinne des Besitzes, des Für-sich-haben-wollens, sondern im Sinne der Zugehörigkeit des individuellen Selbstes zur Welt, wodurch das Bewußtsein der Individuation ein Gegengewicht findet" (S. 176).

Als Strebungen des Über-sich-hinaus-seins, d. h. der menschlichen Teilhabe, sieht LERSCH diejenigen des Miteinander-seins (Gesellungsdrang), des Füreinanderseins (Wohlwollen, Helfenwollen, mitmenschliche Liebe) und die Strebungen der schaffenden Teilhabe.

Die entsprechenden positiven Gefühle, die mit der Antriebshematik des Über-sich-hinaus-seins zusammenhängen, sind Sympathie, Achtung, Verehrung, Mitgefühl und Liebe: also mitmenschlich gerichtete Gefühlsregungen. Weiterhin die Gefühle der wissenden und schaffenden Teilhabe (Schaffensfreude, die Ergriffenheit der Liebe zu etwas usw.).

Damit hat LERSCH zunächst den allgemeinen Bezugsrahmen für Freude bzw. Glück abgesteckt.

Über diese generelle Kennzeichnung hinaus analysiert LERSCH spezifische Merkmale von Glück, die er über die Beschreibung der Gefühlsqualität, der Gefühlstiefe, der Antriebsstärke und der Antriebsgestalt erfaßt: Die Gefühlsqualität von Glücklich-Sein ist sowohl in den Gehalten der Wahrnehmung (Erlebnishorizont: "gegenständliches Wertquale") als auch in der aktuellen Gestimmtheit (Erlebnismitte: "endothymes Quale") erfahrbare.

Erleben von Glück als Gefühlsprozeß heißt Glücklich-Sein über etwas - einen Menschen, einen Gegenstand, ein Ereignis

nis - welches "in der Weise unmittelbar zu unserer Innerlichkeit wird, daß wir es als Geschenk erleben, daß es sich uns zeigt mit einem Antlitz der Helligkeit und des Lichtes" (S. 236). Glück "gibt unseren Wahrnehmungen einen besonderen Glanz, es zeigt den gesamten gegenständlichen Daseinshorizont mit neuen Lichtern" (S. 237).

LERSCH stellt also eine Veränderung der gesamten Wahrnehmung fest, die konkret und sehr vereinfacht als besondere Schärfe und Plastizität - also als eine Erhöhung der Wahrnehmungsfähigkeit - aufzufassen ist.

Zum "endothymen Wertquale" - also der aktuellen Gestimmtheit von Glücklich-Sein - gehört, "daß durch ihren Gegenstand unser eigenes Hier und Jetzt eine Überhellung und einen Aufschwung erfährt" (S. 236). Im Erlebnis der Kraft, im "pathos der Lebendigkeit saugen wir unser Bewußtsein voll mit dem Dasein und der Gegenwärtigkeit dessen, worüber wir uns freuen. So sagt die Freude unausgesprochen eigentlich immer 'da ist es'" (S. 236/237). Durch diese allgemeine Steigerung der Energie, der Lebendigkeit organisieren sich unsere Gedanken und unsere Zielsetzungen neu.

Da Antriebserlebnisse und Gefühlsregungen miteinander korrelieren, ist in letzteren stets auch eine Antriebskomponente enthalten: Gefühle zeigen einen mehr oder weniger starken Ausprägungsgrad von Erregung, durch den sie generell zu unterscheiden sind. Im Gegensatz z. B. zu Trauer und Resignation kann Glück bzw. Freude sowohl antriebsarm als auch antriebsstark erlebt werden: "Es gibt eine stille, in sich gesammelte Freude und eine freudige Erregung, die ihre höchste Steigerung im Entzücken hat" (S. 225).

LERSCH übernimmt von KRUEGER das Konzept der Tiefendimension des Gefühls und charakterisiert Freude im Vergleich zu Vergnügen: "Sichvergnügen und Sichfreuen (verhalten) sich wie Oberfläche und Tiefe zueinander. Die Freude ist insofern tief, als sie den seelischen Schwerpunkt des Menschen trifft,

ihn ganz erfaßt, d. h. alle seine seelischen Bezirke sowohl im Querschnitt der gelebten Gegenwart als auch im Längsschnitt des Lebensverlaufs durchdringt" (S. 237). Die Tiefe des Gefühlserlebnisses und die Zeitspanne seiner Wirkung stehen im Zusammenhang: tiefe Glückserfahrungen wirken lange nach.

Als letzter der Gesichtspunkte, unter denen LERSCH Freude beschreibt, ist die "Antriebsgestalt" zu nennen:

"Jede Gefühlsregung enthält gleichsam das virtuelle Bild eines Verhaltens zu den erlebten Werten oder Unwerten, ein Bild, das gar nicht mit der Ausdrücklichkeit einer Vorstellung gegeben sein braucht, sondern sich lediglich in mehr oder weniger deutlichen Verhaltensantrieben wirksam zeigt" (S. 226). Die Antriebsgestalt von Freude ist "die Gebärde des Sichöffnens, des Umfassens und des Sich-Verschenkens".

Zusammenfassend sind damit nach LERSCH folgende grundlegenden Merkmale des Erlebens von Glück zu nennen: Glücksgefühle sind als prozeßhafte Erlebnisse mit abgrenzbarem zeitlichen Verlauf vor dem Hintergrund überdauernder Befindlichkeiten (in denen sich frühere Gefühlserfahrungen dokumentieren) zu sehen. Es sind "Wertergriffenheiten", die uns in Wahrnehmungen, Vorstellungen und Gedanken erfüllen; Erlebnisse, in denen eine subjektiv-hochbedeutsame Beziehung zwischen der Umwelt und unserem eigenen Sein geschaffen wird. In ihnen wird das "Pathos der Lebendigkeit" erfahren - ohne Zweckbestimmtheit. Glück steht zudem im Zusammenhang sowohl mit zwischenmenschlichen Gefühlen des Mit- und Füreinanderseins, in denen sich positive soziale Beziehungen abbilden, als auch mit Erlebnissen der wissenden und schaffenden Teilhabe, die sich auf den Bereich der Leistung beziehen.

Über diese generelle Kennzeichnung hinaus hebt LERSCH folgende spezifische Charakteristika hervor:

- Im Erleben von Glück zeichnet sich unsere Wahrnehmung durch besondere Plastizität und Präzision aus (wir sind außerordentlich "wach").

- Wir erleben eine allgemeine Steigerung der Energie, über die unsere Gedanken und Zielsetzungen neu organisiert werden.
- Es gibt erregte und stille Formen von Glück.
- Gefühle von Glück haben eine starke individuelle Resonanz, d. h. starke Ausprägung von Tiefe, von Einbettung in die individuell-charakteristischen Wertordnungen der Person.
- Die dem Glücklich-Sein innewohnende Antriebsgestalt ist die Gebärde des Sichöffnens, des Umfassens und des Sich-Verschenkens.

Die Kennzeichnung von Merkmalen des Erlebens von Glück erfolgt bei LERSCH im Rahmen eines umfassenden Klassifikationssystems von Gefühl, dem das Bestreben zugrunde liegt, charakterologisch relevante Ausprägungsformen des Erlebens zu erfassen. Die Darstellung erwuchs aus subtilen introspektiven Beobachtungen, Untersuchungen zum Gefühlsausdruck und ihrer Reflexion in theoretischen Zusammenhängen. Sie ist an das relativ breitgefaßte Begriffssystem gebunden, das LERSCH zur Unterscheidung der durch Sprache bezeichneten Gefühle im Rahmen des "Aufbaus der Person" verwendet.

Die z. T. sehr einfühlsame Verwendung der Sprache täuscht jedoch nicht über den Mangel hinweg, daß die Beschreibungen eigentlich nie falsch zu sein vermögen (vgl. HOFSTÄTTER, 1971, S. 115). LERSCH verwendet keine überprüfbaren empirischen Untersuchungsmethoden (Er hat sich jedoch eine faktorenanalytische Überprüfung seines Beschreibungsschemas gewünscht, sie ist leider nie durchgeführt worden.).

Trotz dieser Einwände sollte LERSCHS "phänomenologische Erhellung" nicht unterschätzt werden. Die mangelnde Objektivität der Untersuchungen verliert vor dem Einwand an Bedeutung, daß eine verstehende Psychologie, die in starkem Ausmaß auf Einfühlung und irrationaler Intuition aufbaut - die als wissenschaftliche Methode darüber hinaus jedoch durch kritische und rationale Reflexion gekennzeichnet ist -,

die kontrollierten und objektiven Methoden der experimentell und messend verfahrenen Psychologie, besonders im Bereich der Hypothesenbildung, sinnvoll ergänzen kann (vgl. PONGRATZ, 1967, S. 284). Inwieweit sich die von LERSCH gekennzeichneten Merkmale des Erlebens von Glück bestätigen lassen, das wird in den Ergebnissen der eigenen empirischen Untersuchungen deutlich werden.

6.2. EMPIRISCHE UNTERSUCHUNGEN

Was wissen wir aus der empirischen Psychologie bereits über Glück?

Wie eingangs festgestellt wurde, gibt es weder theoretische Konzepte noch empirische Untersuchungen, in denen der Prozeß des positiven Gefühls selbst als Gegenstand der Forschung betrachtet wird. Es sind nur Aspekte von positiven Gefühlen in Spezialgebieten der Psychologie untersucht worden. Diese sind dort jedoch nur unterschiedlich bedeutsame Teilaspekte, die im einzelnen weitgehend unintegriert - in bezug auf ihre spezifische Bedeutung für die Gefühlspsychologie - nebeneinander stehen. Eine umfassende Literaturübersicht, auf die in diesem Zusammenhang hingewiesen wird, hat GABRIELE NIEBEL (1977) erarbeitet, jedoch ist auch hier eine Zusammenfassung und integrierende kritische Auswertung nur im Ansatz gelungen. Die unterschiedlichen wissenschaftlichen Konzepte, mit denen die Ergebnisse verbunden sind, scheinen eine Zusammenschau schwer zu machen.

TUNNER (1978) hat in einer Übersicht methodische und inhaltliche Fragen im Zusammenhang mit Lust und Glück aufgegriffen und ein erstes weitgestecktes gedankliches Gerüst zu ihrer Untersuchung in der Gefühlspsychologie entwickelt. Hier werden Ansätze zur empirischen Untersuchung spezifischer Fragestellungen deutlich und Teilbereiche bereits überprüft. Der von TUNNER analysierte, enge psychologische Zusammenhang von Lust und Glück wird später noch erörtert, er ist für ein Verständnis von Glück von grundlegender Bedeutung.

Im Rahmen dieser Arbeit sind zunächst empirische Untersuchungen von Interesse, die eine Charakterisierung des in Frage stehenden Phänomens anstreben.

6.2.1. ASPEKTE DES ERLEBENS IN KORRELATIONSSTATISTISCHEN UNTERSUCHUNGEN

Wie eingangs bereits erwähnt, ist der Zusammenhang von Glück mit

- a) der Veränderung der sozialen Beziehungen (BRADBURN, 1969; BRADBURN & CAPLOVITZ, 1965; GURIN et al., 1960; VEROFF et al., 1962; WATSON, 1930; WESSMAN, 1956; WILSON, 1960) und
- b) einer Veränderung der Selbstwahrnehmung bzw. der Selbstbewertung (LAXER, 1964; WESSMAN, 1956; WESSMAN & RICKS, 1959, 1966; WILSON, 1960 u. a.)

vielfach untersucht und bestätigt worden. Für unsere Fragestellung sind dies die wichtigsten Ergebnisse dieser Art von Untersuchungen - obwohl der allgemeine psychologische Kontext nicht überprüft werden kann, ebenso nicht die Frage nach dem Zusammenhang von Ursache und Wirkung. Beides ist an diesem Punkt der Analyse von Empfindungen und Gefühlen des Glücks jedoch verfrüht und damit ohne Bedeutung. In den Korrelationsstudien zu selbsteingeschätztem Glück bleibt zudem die Frage offen, was der jeweils Befragte unter Glück versteht, subjektive Erfahrungsaspekte des Gefühls werden nicht berücksichtigt. Unter diesen Voraussetzungen besteht die Gefahr, daß lediglich die Verwendung der Sprache untersucht wird: denn "Glück" oder "glücklich" kann weder über das spezifische, damit verbundene Erleben, noch als erklärbare Bewertung eines Sachverhalts gedeutet werden (vgl. SCHEUCH, 1971). Unter dem Vorbehalt einer eingeschränkten Interpretierbarkeit sind diese korrelationsstatistischen Untersuchungen dennoch als "Pionierarbeiten" für umfassendere psychologische Fragestellungen sinnvoll.

Da sie von NIEBEL (1977) und WILSON (1967) ausführlich referiert worden sind, sollen hier nur kurz die für uns wichtigen Aspekte hervorgehoben werden.

Zu a) Veränderungen im Bereich der sozialen Beziehungen:

WILSON (1967) sieht den Zusammenhang zwischen Glück und guten sozialen Beziehungen als das bedeutendste der zusammengetragenen Untersuchungsergebnisse an. Welche Kriterien allerdings "gute soziale Beziehungen" im Zusammenhang mit Empfindungen und Gefühlen des Glücks beschreiben, wird damit nicht gesagt. BRADBURNS (1969) Operationalisierung (Anzahl der organisierten Mitgliedschaften, Anzahl der Freunde, Häufigkeit des Beisammenseins mit Freunden und Bekannten und ähnliche Variablen) ist in unserem Kontext weitgehend abzulehnen, da sie über die Qualität der Interaktionen nichts Spezifisches aussagt und damit z. B. ebenso im Sinne von sozialer Anpassung zu verstehen ist.

Es ist anzunehmen, daß Glücklich-Sein nicht nur den Impuls zu sozialen Kontakten verstärkt, sondern ebenfalls - zumindest kurzfristig - mit einer Änderung der Art der Beziehung zu anderen Menschen zusammenhängt. Diese spezifische Art vertiefter Beziehung scheint für den Glückszustand charakteristischer zu sein als die nackte Quote beliebig austauschbarer Sozialkontakte.

Zu b) Veränderung der Selbstwahrnehmung bzw. der Selbstbewertung:

Erfreute, positive Selbstbeschreibungen und hohe positive Korrelationen zwischen Selbstbild ("so bin ich") und Selbst-Ideal ("so würde ich gern sein") sind Ausdruck der Tendenz zur positiven Selbstbewertung im Zustand des Glücklichen-Seins. Diese Beobachtung wird durch den Verlust des Selbstwertgefühls bei Depression und anderen negativ-affektiven Zuständen (GOUAUX, 1970; LAXER, 1964; WESSMAN & RICKS, 1960, 1966) gestützt.

Soziale und psychische Charakteristika der eigenen Person werden im Glücklich-Sein positiv gesehen. Diese Bewertung kann, davon ist zunächst auszugehen, im Zusammenhang mit

- einer selektiven Aufmerksamkeit für die eigenen "Fähigkeiten" und "Schwächen" stehen oder
- mit der Tatsache, daß sogar beide im Zustand des Glücklich-Seins anders gesehen bzw. bewertet werden.

In den Untersuchungen zum Einfluß von Erfolg und Mißerfolg auf die Selbstwahrnehmung werden weitgehend analoge Fragestellungen aufgegriffen und experimentell überprüft (FRY, 1976; MISCHEL, 1968; MISCHEL, EBBESEN & ZEISS, 1973).

Die ausgeprägte Tendenz zur positiven Selbstbeurteilung im Zusammenhang mit Erfolgserlebnissen wird hier über die Annahme einer "selektiven Selbstwahrnehmung" erklärt: ausgehend von der Tatsache, daß - in Abhängigkeit von spezifischen Situationsfaktoren - über das Gedächtnis sowohl positive als auch negative Information über die eigene Person abrufbar ist, schlossen die Autoren zunächst, daß eine selektive Wahrnehmung eine Konzentration auf die positiven sozialen und psychischen Charakteristika zur Folge hat.

Dieses Konzept wurde in der Reihe der Untersuchungen stark ausgeweitet: Variablen zur Spezifizierung einzelner Aspekte des Vorgangs der selektiven Selbstwahrnehmung (u. a. das Konstrukt "Repression-Sensitization" von BYRNE, 1964 und das Konzept des "Internal-External-Locus of Control" von ROTTER, 1966) wurden hinzugezogen, dazu Indikatoren der Entstehung (Erfahrung, Erinnerung).

Wie eine positive Selbstauffassung im Zustand des Glücklich-Seins aufzufassen ist - ob sich ähnliche Vorgänge wie bei den oben angedeuteten Zusammenhängen zeigen, dafür wird die empirische Untersuchung Hinweise geben. Sollte jedoch nicht nur die Selbstwahrnehmung im Erleben von Glück verändert sein, sondern die gesamte Wahrnehmung schlechthin, so wären weitere gedankliche Erklärungsgerüste erforderlich.

6.2.2. CHRIS MEADOWS: EINE EMPIRISCHE UNTERSUCHUNG ZUR PHÄNOMENOLOGIE DER FREUDE ("JOY")

Heute scheint das Hauptanliegen der empirischen Gefühlsforschung darin zu liegen, auf der Ebene der Sprache und des Ausdrucks die Unterschiede von Emotionen auf ein Minimum allgemeingültiger, abstrakter Gefühlsdimensionen zurückzuführen (vgl. BOTTENBERG, 1971). Umfassende phänomenologische Untersuchungen zu einzelnen Gefühlen fehlen - so auch zum Erleben von Glück.

Eine erste empirische Untersuchung zum Erleben von Freude ("Joy") ist im amerikanischen Sprachraum von dem Psychologen CHRIS M. MEADOWS (1975) durchgeführt worden. MEADOWS untersucht an über 300 Personen Merkmale des Erlebens von Freude ("Joy") und faßt die Ergebnisse statistisch zusammen, um auf diese Weise zu einer Reihe grundlegender Erlebnisdimensionen zu gelangen, die Merkmale von Empfindungen und Gefühlen der Freude charakterisieren.

Wie ging MEADOWS vor?

Auf der Basis einer von ihm selbst entwickelten Theorie der Freude (MEADOWS, 1968) - die hier nicht im einzelnen abgehandelt werden kann - konstruierte er eine Befindlichkeits-skala zur Erstellung der Phänomenologie von "Joy". Die wesentlichen Aspekte der Theorie, dargelegt in

- einer Freude-Typologie ("Joy-Typology") zur Unterscheidung unterschiedlicher Arten von Freude und
- einer Reihe hypothetisch angenommener phänomenologischer Dimensionen der Freude zur Kennzeichnung allgemeiner Merkmale aller Erlebnisse von "Joy"

bildeten die inhaltliche Grundlage der Skala.

Die Freude-Typologie enthält drei deskriptive erfahrungsmäßig bipolare Kategorien zur Unterscheidung von Glückserlebnissen:

I. Aktivität vs. Passivität

II. Individuation vs. enges Beisammensein mit anderen (Individuation vs. Affiliation)

III. Erregung vs. heitere Ruhe

Zur Kennzeichnung allgemeiner Merkmale der Erlebnisse von Freude wurden hypothetisch die folgenden 9 Dimensionen angenommen:

- Vitalität - positives Selbstgefühl
- Macht - positive Einstellung zum
- Einsicht Leben ('positive world')
- Ekstase - Wahrnehmung von Schönheit
- Zeitbewußtsein - produktive Handlungen
- ('productive effects')

Die aus diesen Inhalten konstruierte Befindlichkeitsskala von 61 Items (jedes Item besteht aus einer Aussage, die beschreibt, wie Freude erlebt wird) legte MEADOWS 333 Probanden mit der Aufforderung vor, sich in ein spezifisches Erlebnis von Freude zurückzuversetzen, es sprachlich auszudrücken (schriftlich) und schließlich die Items der Skala in bezug auf das beschriebene Freude-Erlebnis zu beurteilen.

Eine Faktorenanalyse der Befindlichkeitsskala führte zu einer weitgehenden Bestätigung der theoretisch-hypothetisch angenommenen Faktoren, die die Erscheinungsformen von 'Joy' beschreiben.

MEADOWS untersuchte zudem die Korrelationen zwischen Freude und den allgemeinen Gefühlsdimensionen, die NOWLIS (1965) fand. NOWLIS führte die sprachlichen Differenzierungen in der Beschreibung von Gefühlen anhand einer Adjektiv-Schätzskala auf vier allgemeine Grundtypen des Gefühls zurück: Lust - Unlust ('pleasantness' - 'unpleasantness'), Aktivierung - Desaktivierung ('activation' - 'desactivation'), Sozialbezogenheit - Sozialabgewandtheit ('positive and negative social orientation') und Kontrolle - Kontrollverlust ('control of emotional expression' - 'lack of control').

Vor einer eingehenden Auseinandersetzung mit spezifischen Aspekten der Untersuchung zunächst die Ergebnisse. Sie sollen ausführlicher dargestellt werden, da wir in unserer empirischen Analyse auf sie Bezug nehmen.

6.2.2.1. UNTERSUCHUNGSERGEBNISSE

MEADOWS Untersuchung zeigt deutlich, daß Freude viele Dimensionen des menschlichen Erlebens umfaßt: es konnten 15 deutlich voneinander unterscheidbare Dimensionen oder Grundmerkmale des Erlebens von Freude festgestellt werden, obwohl - wie bei allen faktorenanalytischen Analysen - ein Teil der Varianz nicht aufgeklärt werden konnte.

1. FREUDE IM ENGEN BEISAMMENSEIN MIT ANDEREN

(Soziale Beziehungen bzw. 'Affiliation')

Der Faktor enthält Items, die die Freude beschreiben, die zwischen dem Probanden und anderen für ihn wichtigen Menschen "geteilt" wird.

2. FREUDE IN DER ERFAHRUNG DER EIGENEN INDIVIDUALITÄT

(Individualität bzw. Individuation)

Der Faktor beschreibt das Gefühl, ein unverwechselbares Individuum zu sein, mit spürbaren Begrenzungen, die sich klar von der Umwelt abheben.

3. FREUDE IM ÜBERSCHWANG KÖRPERLICHER ERREGUNG

(Erregung bzw. Excitement)

In diesem Faktor wird stürmische, drängende Freude beschrieben. Sie wird charakterisiert durch Gefühle wie "vor Erregung platzen", "überschäumende Energie" und die Tendenz, diese Erregung durch Laufen, Springen, Schreien usw. auszudrücken.

4. FREUDE IN HEITERER RUHE UND ENTSPANNUNG

(Heitere Ruhe bzw. Serenity)

Der Faktor gibt dem Gefühl Ausdruck, entspannt, zufrieden und friedlich zu sein sowie dem Gefühl, daß die Zeit langsam und ruhig abläuft.

5. FREUDE IM ERLEBNIS DER PASSIVITÄT

(Passivität bzw. Passiveness)

Es wird das Gefühl ausgedrückt, passiv den Ereignissen gegenüber gestanden zu haben, die zur Freude führten. Ebenfalls das Gefühl, sich in dem Erlebnis der Freude eher rezeptiv zu verhalten.

6. FREUDE IM ERLEBNIS DER AKTIVITÄT

(Aktivität bzw. Activeness)

Der Faktor beschreibt das Gefühl, bei den Ereignissen aktiv beteiligt gewesen zu sein, die zu dem Erlebnis der Freude geführt haben und in dem Erlebnis selbst aktiviert zu sein.

7. FREUDE IN DER WAHRNEHMUNG VON SCHÖNHEIT

(Wahrnehmung von Schönheit bzw. Perception of Beauty)

Es wird Wachsamkeit und Aufnahmefähigkeit gegenüber der Umwelt gekennzeichnet, die Schärfe und Unmittelbarkeit der Wahrnehmung, die Sensitivität gegenüber Farben, Tönen und Gerüchen.

8. FREUDE IM GEFÜHL DER EIGENEN STÄRKE

(Selbstwertgefühl bzw. Self-Potency)

Diese Erlebnisdimension beschreibt die Erfahrung des Individuums, sich selbst als Zentrum innerer Kraft, als wertvoll und vertrauenswürdig zu empfinden.

9. FREUDE IN DEM GEFÜHL, DIE WELT ZU BEJAHEN

(Bejahung der Welt bzw. Positive World)

Drückt Gefühle aus, daß die Welt "als freundlich wahrgenommen" wird und daß das Leben "gut mit einem umgegangen ist".

Die Faktoren 10, 11 und 12 beschreiben das ZEITEMPFINDEN.

10. Der Faktor beschreibt das lustvolle Eintauchen in die Unmittelbarkeit des Augenblicks.

11. Drückt das Gefühl aus, es sei erst eine kurze Zeitspanne seit dem Freude-Erlebnis vergangen.

12. Beschreibt das subjektive Gefühl, daß die Zeit im Erleben von Freude sehr schnell vergeht.

13. FREUDE IM VORGANG PRODUKTIVEN HANDELNS

(Produktives Handeln bzw. Productive Effects)

Es wird die Fähigkeit beschrieben, Dinge in einem neuen Licht zu sehen, Freude an der Steigerung produktiven Handelns.

14. FREUDE IM ZUSTAND DER EKSTASE

(Ekstase bzw. Exstasy)

Freude im Zustand der Ekstase, im Verlust des Kontaktes zu der unmittelbar wahrnehmbaren Umwelt. Das Gefühl, in einer anderen Welt zu sein.

45 der 61 Items erfüllten das Kriterium für die Aufnahme in die empirisch überprüfte Skala (Ladung von .35 oder mehr auf dem spezifischen Faktor, dazu eine um wenigstens .20 größere Ladung als die nächst höchste auf einem der anderen Faktoren).

MEADOWS ist zudem, wie bereits erwähnt, an dem Zusammenhang zwischen 'Joy' und den allgemeinen Gefühlsdimensionen von NOWLIS (1965) interessiert. In dem Bestreben vieler Psychologen, Gefühle in einem Klassifikationssystem mit wenigen Dimensionen zu ordnen, werden heute eine Unmenge von Ordnungsentwürfen angeboten. Es fragt sich jedoch, ob diese Schwemme nicht in einem Mißverhältnis zu demjenigen steht, was die allgemeinen, z. T. verläßlich replizierten Beschreibungskategorien an Psychologie herzugeben vermögen. Die Gefahr eines reduktiven Schematismus kann nicht geleugnet wer-

den: Glück verliert sich auf faktorenanalytisch errechneten, bipolar angeordneten Gefühlsdimensionen, die jedes Gefühl mehr oder weniger bestimmen. Eine Vielzahl zusätzlicher inhaltlich-psychologischer Umschreibungen ist unbedingt notwendig. Trotzdem ergeben sich auch aufgrund dieser Korrelationen globale Anhaltspunkte für eine Analyse des Prozesses des positiven Gefühls. Wir fassen die Ergebnisse kurz zusammen:

PRODUCT-MOMENT CORRELATIONS BETWEEN CENTRAL JOY SCORE AND DIMENSIONS OF EMOTION (MEADOWS, 1975, S. 48)

Activation	.25
Desactivation	.02
Pleasantness	.27
Positive Social Orientation	.43
Negative Social Orientation	.02
Lack of Control	.00

Freude korreliert am höchsten mit positiver sozialer Orientierung, gefolgt von "Lust" und "Aktivation". Kein Zusammenhang besteht hingegen mit "Desaktivierung", "Unlust", "negativer sozialer Orientierung" und einem "Mangel an Kontrolle". Dabei hat die Dimension "Lust - Unlust" die längste Tradition in der Gefühlspsychologie - besonders in der deutschen.

Was diese Zusammenhänge im einzelnen zu bedeuten haben, das wird in der Auswertung unserer empirischen Untersuchung zu überlegen sein.

Die weiteren Ergebnisse der Untersuchung - Interpretation der Faktoren mit Hilfe der Adjektiv-Schätzskala von NOWLIS (1965) ebenso wie die Überprüfung einer Veränderung der ursprünglichen Faktoren dieser Schätzskala unter veränderten Bedingungen - sind für unsere Fragestellung nicht von Bedeutung.

6.2.2.2. DISKUSSION

MEADOWS erhebt den Anspruch, weitgehend induktiv in der empirischen Untersuchung von Freude vorzugehen, entnimmt die Inhalte seiner Items jedoch rein theoretischen Vorüberlegungen. Dies ist ein eklatanter Widerspruch. Macht man sich die Möglichkeiten faktorenanalytischer Datenbearbeitung bewußt, so erscheint dies als der gravierendste Kritikpunkt der Untersuchung. "Informationsreduktion" ist das vordringlichste Ziel der Faktorenanalyse: "Bei der Faktorenanalyse hat man es nur mit einer Variablengruppe zu tun, deren interne Beziehungen man zu einer einfacheren Darstellung des erfaßten Untersuchungsbereichs nutzen will, als dies durch die Gesamtheit der einzelnen Variablen selbst geschieht" (GAENSSLEN & SCHUBÖ, 1973, S. 200). Das Ergebnis der Faktorenanalyse - die Faktoren oder Faktorenstrukturen - ist jedoch von der Vollständigkeit der Ausgangsdaten in bezug auf den spezifischen Untersuchungsbereich abhängig. MEADOWS Befindlichkeits-skala ist darum nicht mehr als die Operationalisierung seiner Theorie und die "Bestätigung" von spezifischen phänomenologischen Aspekten im Zusammenhang mit seiner Theorie. Für ein wahrhaft induktives Vorgehen wären empirische Voruntersuchungen - im Sinne einer methodischen Absicherung, keine wesentlichen Aspekte außer acht gelassen zu haben - dringend notwendig gewesen. Die Faktorenanalyse ist nur ein Ordnungsinstrument - also ein rein passives Verfahren: "Wir gelangen zu keiner Aussage, die (wie z. B. die Varianzanalyse) mit einem Wahrscheinlichkeitswert verknüpft ist" (SCHUBÖ, 1972, S. 56).

Es gilt hier zunächst, sich von aller vorgefaßten Theorie zu lösen und einen unvoreingenommenen, im einzelnen nachvollziehbaren Beschreibungsstil zur Aufzeichnung des Erlebens von Glück zu entwickeln. Dabei ist auf eine möglichst weitgehende Erhaltung der Vielfalt der Erscheinungen zu achten. Eine vorzeitige Einschränkung würde nicht nur die Gefahr des Verlustes wichtiger Aspekte beinhalten, sondern auch

die Gefahr, in der wissenschaftlichen Analyse Artefakte zu schaffen, die nur noch einen sehr weitläufigen Zusammenhang mit der unmittelbar beobachtbaren Realität haben. Erst unter der oben gekennzeichneten Bedingung kann eine phänomenologische Aufzeichnung Voraussetzung für weiterführende wissenschaftliche Erkenntnis sein.

Abgesehen von dem oben gekennzeichneten grundsätzlichen Einwand, der die Möglichkeiten und Grenzen faktorenanalytischer Verfahren andeutet, zeigen sich einschneidende Mängel in den Angaben über die statistische Analyse selbst.

MEADOWS äußert zwar, daß er die "principal-axis factor analysis" (MEADOWS, 1975, S. 42) benutzt, die dem von uns verwendeten Hauptachsenverfahren, bzw. der Analyse nach dem Hauptkomponentenmodell entspricht.¹⁾ Mit der zusätzlichen Angabe des Guttman-Kriteriums (GUTTMAN, 1954) zur Bestimmung der Anzahl der zu extrahierenden Faktoren und einem Hinweis auf das verwendete Rotationsverfahren ("promax rotation") ist die Beschreibung des Vorgehens bei der Datenanalyse jedoch bereits erschöpft. Eine persönliche Bitte um weiteres Datenmaterial blieb unbeantwortet. Es fehlen die für faktorenanalytische Verfahren wichtigsten Angaben in der Ergebnisbeschreibung:

- Angaben darüber, wie groß der insgesamt durch die extrahierten Faktoren erklärte Varianzanteil in bezug auf die Gesamtvarianz ist.
- Der Varianzanteil jedes Faktors in bezug auf die Gesamtvarianz wird nicht genannt.

1) "There are terms in literature referring to the same style of factoring: principal components, principal axes and principal factors. They differ only in scaling of the composite variables (factors or components): a principal axis is usually standardized to have a mean of zero and a variance equal to the total variance that it accounts for; a principal component is the same as a principal axis except that its mean is not standardized to zero; a principal factor is normalized to have a zero mean and a unit variance" (NIE, N.H. et al., 1975, S. 479).

- Es fehlt eine Angabe über den Varianzanteil eines Faktors in bezug auf die insgesamt durch die extrahierten Faktoren erklärte Varianz.

Zudem erscheint die Anzahl der extrahierten Faktoren (14 interpretierte Faktoren) bei der Eingabe von nur 61 Items - von denen schließlich 45 die Aufnahmekriterien in die Skala erfüllen - als ungewöhnlich hoch.

Weitere Kritik erfordert die Formulierung der Items selbst. Die Skala enthält sowohl Items, die reine Befindlichkeiten von Freude ausdrücken (z. B. "Ich hatte ein Gefühl innerer Kraft.") als auch Items, die Aussagen über die "Ursachen" des Erlebens von Freude umschreiben (z. B. "Die Freude entstand aus dem, was wir zusammen teilten").

Diese Verbindung von Beschreibung und Erklärung - im weitesten Sinne von Erscheinung und Analyse der Erscheinung - ist bereits von KRUEGER (1926) scharf kritisiert worden.

Erfahrungsgemäß läßt sich eine Beschreibung der Befindlichkeit schwer von Merkmalen der Situation trennen: es gibt in der Beschreibung von Gefühlserlebnissen kaum reine Gefühlsbeschreibungen. Eine Trennung der Phänomene von ihrer Erklärung ist jedoch wichtig. Sie ist gerade in der Gefühlspsychologie immer wieder mißachtet worden.

Abschließend sei noch erwähnt, daß die allgemeine sprachliche Fassung der Items hier nicht beurteilt werden kann. Es ist im weitesten Sinne die Frage, inwieweit überhaupt in der Formulierung der Items eine adäquate sprachliche "Umsetzung" von Freude gelungen ist, die sowohl den sachlichen Anforderungen einer wissenschaftlichen Untersuchung gerecht wird, als auch die spezifischen Gefühlserlebnisse "Freude" annähernd zu erfassen vermag. Eine Beantwortung dieser Frage ist an einen erfahrenen Beurteiler mit amerikanischer Muttersprache gebunden.

7. ALLGEMEINE KONZEPTIONELLE ÜBERLEGUNGEN

Aus den Vorüberlegungen wird zumindest deutlich, daß Glück ein äußerst variables Geschehen umfaßt, so daß eine Vielzahl recht unterschiedlicher Hypothesen in einer Rahmenkonzeption vereinigt werden müssen. Welche Aspekte einer Konzeption ergeben sich nun aus den vorausgehenden Ausführungen?

1. Von einer Definition des Phänomens in allseits verbindliche Merkmale muß abgesehen werden, denn es gibt keinen überzeugenden Grund für die Annahme der Existenz einer allgemeingültigen Glücksdimension.
2. Die isolierte Untersuchung einzelner Aspekte von Glück verspricht wenig Aufschluß über das komplexe Geschehen, das wir mit Glück bezeichnen. Die Erarbeitung einer umfassenden gedanklichen Konzeption ist notwendig (vgl. TUNNER, 1978, 1980), ein dem Geschehen angemessenes Untersuchungsgerüst sollte seinen Ausgangspunkt vom Phänomen und seinen Merkmalen nehmen.
3. Dafür ist es notwendig, das Phänomen über die erfahrungsmäßige Beobachtung und vergleichende, intersubjektiv gültige Beschreibung der konkreten "Gesamterlebnisse" in seinen inhaltlich differenzierbaren Dimensionen möglichst vollständig zu fassen, d. h. also die gesamte Gefühlslage in der Zeit, in der sich eine Person als glücklich bezeichnet. So wird zunächst eine Isolierung bedeutsamer Einheiten von Variablen aus der vorexperimentellen Erfahrung möglich.
4. Vor diesem Hintergrund kann der Prozeß des positiven Gefühls in seinen empirisch gewonnenen Dimensionen beleuchtet werden, dies jedoch im Bewußtsein einer künstlichen Trennung von in der Realität vielfältig miteinander verwobenen Aspekten. Es sollte zudem nach experimentellen Vorgängen gesucht werden, die eine gewisse Analogie zu

unseren Beobachtungen zeigen, sie können die psychologische Analyse von Lust und Glück unterstützen.

5. Der Begriff Glück ist subjektiv bestimmt und daher von der Erfahrung des Individuums abhängig. Er gewinnt seine Bedeutung erst im Zusammenhang mit spezifisch individuellen Bedingungen.
6. Die Kenntnis allgemeiner Aspekte des Prozesses des positiven Gefühls und der individuellen Bedingungen ermöglicht eine auf das Individuum bezogene, operationale Definition von Glück.
7. Gehen wir davon aus, daß Gefühle in der modernen Psychologie als komplexe Erregungsmuster aufgefaßt werden (vgl. BIRBAUMER, 1973), die subjektive, motorische und psychologische Variablen umfassen, so kann Glück als Reaktionsmuster auf diesen Meßebenen in Abhängigkeit von situativen und intraindividuellen Bedingungen dargestellt werden. Ein solches Vorgehen lebt aus der Zielvorstellung, Glück als Summe der Veränderungen auf den drei Meßebenen in definierten Situationen intraindividuell zu analysieren und eventuell vorauszusagen. Von einer solchen Möglichkeit sind wir jedoch (noch?) weit entfernt.
8. Dieses Vorgehen setzt - ähnlich wie in der Angst- und Streßforschung - eine direkte Beobachtung unter der systematischen Variation kontrollierter experimenteller Bedingungen für eine Analyse von Empfindungen und Gefühlen des Glücks voraus. Unsere Vorüberlegungen deuten jedoch darauf hin, daß eine experimentelle Induktion von Gefühlen des Glücks mit noch größeren Unsicherheiten zu rechnen hat als eine experimentelle Induktion von Streß- und Angstgefühlen. Glück ist "labiler" und wohl kaum, wie viele Angstsymptome, als eine relativ stabile konditionierte Reaktion auf bestimmte, meist recht gut umschreibbare Reize zu betrachten.

Gefühle des Glücks entstehen spontan, ohne Mitwirkung des Willens. Zudem führt die gezielte Beobachtung des Gefühls selbst unvermeidlich zu seiner Veränderung. Glückszustände sind also nicht an äußere Reizsituationen gebunden wie z. B. Wahrnehmungsvorgänge, die mit der äußeren Reizung einsetzen und die nur so lange bestehen wie der Reiz wirkt. Sie treten zudem nicht gesondert von anderen psychischen Vorgängen (z. B. Wahrnehmung, Denken) auf, sondern breiten sich - als psychische Reaktionen auf äußere und/oder innere Ereignisse - über das ganze übrige bewußte Geschehen aus.

Der Eindruck des spontanen Entstehens von Gefühlen steht in engem Zusammenhang mit der Komplexität des Phänomens selbst, denn wir reagieren gefühlsmäßig unmittelbar auf jede Veränderung des "Erlebnistotal" (KRUEGER), dies jedoch häufig ohne direkt einsichtigen Grund: das Geschehen läuft - zumindest teilweise - unbewußt ab. Es läßt sich vermutlich von keiner Reizkonstellation voraussagen, daß sie mit Sicherheit bestimmte Gefühle in bestimmten Ausprägungen auszulösen vermag. Die Wiederkehr der gleichen Anlässe gibt keine Gewähr für das Auftreten der gleichen Gefühle.

Die Vielzahl und gleichzeitige Verwobenheit der situations- und "innerpsychischen" Variablen macht eine Kontrolle der Reizbedingungen - sicher besonders für das Erleben von Glück - nur schwer möglich. Zudem haben wir wenig Erfahrungen darüber, welche Variablen im Erleben von Glück von besonderer Bedeutung sind. Umgekehrt kann jedoch "bei geeigneter Beschaffenheit des Erlebnistotal" jede beliebige Veränderung des psychophysischen Geschehens auslösende ... Bedingung für jede Art und Stärke von Gefühlen werden" (KRUEGER, 1967, S. 47).

Unter diesen Bedingungen scheint es nahezu hoffnungslos, für die begrenzte Laborsituation Reizkonstellationen zu erstellen, die mit Sicherheit bestimmte Gefühle des Glücks in bestimmter Ausprägung auszulösen vermögen.

9. Gibt es Möglichkeiten, diese Schwierigkeiten zu überwinden, ohne das Phänomen selbst einschneidend in seiner Komplexität zu reduzieren? Wo liegt der Zugang?

Gefühle sind zunächst Phänomene, die wir über die Selbstbeobachtung erkennen und mitteilen können. Je geschulter die Fähigkeit zur Selbstbeobachtung, desto differenzierter und zuverlässiger - so kann man annehmen - müßten diese Ergebnisse sein. Hier scheint nicht nur die ergiebigste Quelle für die Untersuchung desjenigen Phänomens zu sein, das wir als "empfundenes Gefühl" bezeichnen, sondern ebenso für Untersuchungen zum Zusammenhang von Gefühlen mit anderen psychischen Prozessen. Die "subjektive Ebene" (BIRBAUMER, 1975) ist damit nicht nur integraler Bestandteil von Emotionen, sondern Integrationspunkt verschiedenster Untersuchungsergebnisse. Die Phänomenologie des Erlebens - heute meist "verkleidet" als Analyse verbalen Verhaltens - als wichtigster Bezugspunkt für die Analyse von Gefühlen schließt streng behavioristische Untersuchungsansätze nicht aus. Der phänomenologische Ansatz ist nicht als Antithese zu den experimentellen Methoden zu sehen: Wesen und Fakten sind kommensurabel (vgl. im Gegensatz hierzu SARTRE, 1948: "Wesen und Fakten sind inkommensurabel"). Eine Verbindung beider Vorgehensweisen ist nicht nur möglich, sondern bei der Untersuchung von Emotionen geradezu notwendig (vgl. BRANDSTÄTTER, 1976). Es ist zudem anzunehmen, daß durch die Verbindung geeigneter Methoden die in der Selbstbeobachtung liegenden Fehlerquellen schrittweise überwunden werden können (vgl. KRUEGER, 1928).

10. Da das Erleben und gleichzeitige gedankliche Erfassen von Gefühlen kaum möglich ist, muß sich die Beobachtung auf das "Erlebnismachbild" (PH. LERSCH) beziehen. Damit ist die Tatsache gemeint, daß Anmutungen, Stimmungen, Gefühle eine gewisse "biologische Trägheit" haben. Sie klingen in ihrer Aktualität allmählich ab, sind aber meist auch dann noch belebbar, wenn der auslösende Reiz nicht

mehr vorhanden ist und können so Gegenstand der Analyse werden. Über das Zurückfinden in den erlebten Gesamtzustand können Gefühle mit erstaunlicher Aktualität wieder erweckt werden und sich sogar zu außergewöhnlicher Eindringlichkeit steigern. Neuere Untersuchungen zeigen zudem klar, daß wir uns schneller und besser an angenehme Erlebnisse erinnern können als an unangenehme (vgl. HOLMES, 1970, RAPAPORT, 1977, LISHMAN, 1974). Es ist somit zu erwarten, daß intensive Glückserlebnisse, die einmal das gesamte Bewußtsein ausgefüllt haben, unter günstigen Bedingungen retrospektiv weitgehend wieder aktualisiert und damit analysiert werden können. Zudem scheint die subjektive Spanne vom Gegenwärtigen zurück zum glücklichen Erlebnis kurz zu sein: der Abstand zum Vergangenen schwindet in der Erinnerung ("Mir ist, als wär es gestern") (vgl. MEADOWS, 1975). Die gute Erinnerungsfähigkeit der Probanden in der hier vorliegenden Untersuchung bekräftigt diese Argumente. Analoges Vorgehen bei der Untersuchung von Angst ist bekannt und hinreichend überprüft worden.

11. Das in Punkt sieben angedeutete Verfahren, Glück als Summe der Veränderungen auf der subjektiven, motorischen und physiologischen "Meßebe" darzustellen, wird zudem der Bewegtheit von Gefühlen nur schwer gerecht, Aspekte des Verlaufs können kaum integriert werden. Hier können kontrollierte Einzelfallstudien über längere Zeiträume die Lücken in der Information schließen und das traditionelle Gruppendesign ergänzen (vgl. TUNNER, 1978). So z. B. Information über den Gesamtverlauf des emotionalen Geschehens unter dem Einfluß der "Gegensätzlichkeit" (KRUEGER) des Gefühls. Von Einzelfallstudien sind wichtige Informationen zu erwarten, wenn ihr eine Schulung in der Selbstbeobachtung und eine Kontrolle wichtiger, damit verbundener Fehlerquellen vorausgehen oder sie begleiten.
12. Spezifische Aspekte von Emotionen können nur über exakte experimentelle Verfahren untersucht werden, so z. B. die

Abstumpfbarkeit von Gefühlen oder die Frage der optimalen Reizbeschaffenheit im Zusammenhang mit spezifischen Sinnesempfindungen. Das Experiment steht jedoch nicht im Mittelpunkt der Untersuchung, sondern es ist "gleichrangig" neben der Analyse vorexperimenteller Erfahrung, gezielten introspektiven Beobachtungen, Untersuchungen von Aspekten der Lerngeschichte und theoretischen Überlegungen. Erst dadurch wird es möglich, experimentelle Untersuchungsergebnisse in umfassenderen gedanklichen Zusammenhängen zu interpretieren.

13. Die Induktion von Glücksgefühlen erscheint hoffnungslos. So vertritt LERSCH (1970) die Auffassung, "daß die Anwendbarkeit des Experiments um so mehr abnimmt, je mehr wir von der Peripherie des Gegenstandsbewußtseins in die tieferen und zentraleren Erlebnisse vorzudringen suchen" (S. 88). Dennoch sind mit der genauen Beschreibung des Phänomens Ansatzmöglichkeiten zu einer Auseinandersetzung mit den Zusammenhängen und möglichen Bedingungen gegeben, die das Phänomen "produzieren". Von hier aus können Versuche einer Induktion geplant werden. Ob dasjenige, was über bestimmte Reizkonstellationen gefühlsmäßig hervorgerufen wird, vom Probanden dann als Glück bezeichnet wird, ist fraglich. Es ist jedoch anzunehmen, daß positive Gefühle - im weitesten Sinne - durchaus experimentell induzierbar sind. Die über längere Zeiträume durchgeführten Versuche von JACOBS (1971) sprechen dafür.
14. Ausgehend von einer möglichst differenzierten, mit kontrollierbaren Methoden erarbeiteten Phänomenologie sollte eine sukzessive Theoriebildung erfolgen, die die Merkmale des Gefühlsmäßigen (vgl. Kap. 5) berücksichtigt - und nicht aus Gründen der Objektivierung zu unangemessener schematischer Abstraktion und Reduktion des Phänomens "Gefühl" bzw. "Glück" führt. Die in der empirischen bzw. experimentellen Untersuchung notwendig getrennt untersuchten Teilzusammenhänge müssen im Kontext mit umfassenderen, allgemeinen Funktionszusammenhängen gesehen werden.

8. EIGENE UNTERSUCHUNGEN

8.1. INHALTSANALYSE

8.1.1. ZIELSETZUNG

Es war das Anliegen der Untersuchung, eine beschreibende Ordnung zum Erleben von Glück zu erarbeiten, in Verpflichtung zu Vielseitigkeit und optimaler wissenschaftlicher Darstellung. Dabei sollte über die globale Aufnahme der Summe der Variablen, die für das Erleben von Glück von Bedeutung sind, eine Zusammenfassung der Information in sich gegeneinander absetzenden sinnhaften Gruppierungen erreicht werden. Die Zuordnung zu den einzelnen Gruppen bzw. Kategorien des Erlebens erfolgte dabei nicht gänzlich, wie bei Klassenbegriffen, nach dem Entweder-Oder-Prinzip sondern im Sinne phänomenaler Begriffsschau, die auf sinnhafte Ganzheiten zielt.

Aus den vorausgehenden Überlegungen sind für diese Untersuchung folgende Schlüsse zu ziehen:

1. Die Analyse von MEADOWS (1975) läßt erwarten, daß auch Glück eine Vielzahl von Erlebnisdimensionen umfaßt. Obwohl Glück vermutlich wesentliche Erlebnisaspekte von Freude einschließt, ist anzunehmen, daß zusätzliche inhaltliche Aspekte dasjenige deutlich machen werden, was Glück gegenüber Freude abhebt. Zudem müßten die von F. KRUEGER (1928) herausgearbeiteten allgemeinen Charakteristika von Gefühl (vgl. Kap. 5.3.1.) deutlich hervortreten.
2. In dem Bestreben, induktiv vorzugehen, ist zunächst eine untheoretisch eingestellte Registrierung aller Aspekte notwendig, die im Zusammenhang mit dem Erlebnis "Glück" stehen, d. h. die gesamte Befindlichkeit eines Individuums in der Zeitspanne, in der es sich als glücklich bezeichnet.
3. Da eine unmittelbare Beobachtung und Registrierung nicht möglich ist, gehen wir von der retrospektiven Analyse aus.

Die gute Erinnerungsfähigkeit an intensive positive Erlebnisse (vgl. Kap. 7) spricht dafür.

4. Wir haben zudem das "Erlebnisanzeige" (KRUEGER) im Auge und versuchen, dies sprachlich zu fassen. Obwohl die Sprache den Zustand des Erlebten nur mühsam darzulegen vermag, ist sie dennoch eines der uns vertrautesten Medien der Darstellung von Gefühlen. Sie gibt uns ausreichend Gelegenheit, die Summe der Aspekte des Erlebens im Detail zu sammeln.
5. Die inhaltliche Analyse der sprachlichen Darstellungen der Erlebnisse sollte eine Zusammenfassung der Information ermöglichen, die in ihren Schritten nachvollziehbar ist und die eine weitgehend uneingeschränkte Wiedergabe der Aussagen zuläßt.
6. Die über die Texte erschlossenen Inhalte bilden die Grundlage für die später entwickelte Befindlichkeitsskala. Mit der Faktorenanalyse der Items dieser Skala wird erreicht, allgemeine Dimensionen des Erlebens von Glück herauszukristallisieren und zu diskutieren.

8.1.2. ERKLÄRUNGEN ZU DEN ERLEBNISDARSTELLUNGEN

8.1.2.1. SCHREIBEN DER TEXTE

Es wurden 105 Studenten und Lehrer der Universität München gebeten, sich an eine bestimmte Situation zu erinnern, in der sie besonders glücklich waren, sich zu entspannen und sich dann gedanklich und gefühlsmäßig wieder ganz in jene Situation hineinzusetzen. Die einleitenden Erklärungen wurden abschließend durch folgende Instruktion zusammengefaßt:

"Es scheint für viele Menschen leichter zu sein, die greifbaren Details der Situation und der Umstände zu beschreiben,

in denen sie glücklich waren als die "inneren" subjektiven Gefühle des Glücklich-Seins. Bitte versetzen Sie sich ganz in eines Ihrer glücklichen Erlebnisse und beschreiben Sie die Gefühle, die Sie hatten: Wie fühlten Sie sich (wie fühlte es sich an) als Sie glücklich waren? Beschreiben Sie dies so ausführlich wie möglich."

Das Erlebnis wurde ohne jegliche einschränkende Hinweise, auch nicht auf eine bestimmte Form der sprachlichen Darstellung, niedergeschrieben.

Diesen "Datenerhebungen" ging jeweils ein einführendes Gespräch mit dem Leiter der betreffenden Lehrveranstaltung, in der die Untersuchung stattfinden sollte, voraus. Ebenso ein Gespräch mit den Studenten zur Kontaktaufnahme und Darlegung der Zielsetzung der Untersuchung. Die Datenerhebungen selbst dauerten (mit kurzer Entspannungsinstruktion, Zurückversetzen und Niederschreiben) durchschnittlich 35 bis 45 Minuten.

Die Mitarbeit der Studenten war in allen Veranstaltungen sehr gut. Das spontane Interesse an der Untersuchung selbst bekräftigt JEAN AMÉRYs (1971) Feststellung, daß sich "noch heute jegliches menschliche Verhalten um irgendeine undeutliche Glücksvorstellung dreht" (S. 191).

8.1.2.2. UNTERSUCHUNGSGRUPPE

Da es sich um eine Erstuntersuchung handelt, werden keine spezifischen Einschränkungen in bezug auf Stichprobenkriterien gemacht. Als entscheidende Maßstäbe waren gute Erreichbarkeit und Homogenität festgelegt. Gute Erreichbarkeit zu verstehen als die Möglichkeit, eine genügend große Anzahl antwortbereiter Probanden zu gewinnen. Homogenität gesehen in bezug auf einige Variablen wie Vorbildung und Ausbildungsniveau, so daß die allgemeine sprachliche Differenzierungsfähigkeit der Probanden als relativ einheitlich angesehen werden kann. Dies schien wichtig, um überhaupt zu sinnvollen Voraussetzungen für die Analyse schriftsprachlicher Erlebnisbeschreibungen zu kommen.

Von den 105 Probanden waren 56 weiblich und 49 männlich. Drei der Beschreibungen waren unbrauchbar, die dafür ausschlaggebenden Gründe werden noch angegeben.

Das Alter verteilte sich wie folgt:

unter zwanzig Jahren:	2 Personen
20 bis 30 Jahre:	83 Personen
30 bis 40 Jahre:	18 Personen
über 40 Jahre:	2 Personen

8.1.2.3. SITUATIONSANGABEN

53 von 105 Personen machten (obwohl dies nicht gefragt war) spezifische Angaben über die Situation, in der sie glücklich waren. Diese ließen sich nach folgenden Gesichtspunkten zusammenfassen:

	Anzahl
- Interaktionen innerhalb einer Partnerschaft	14
- Naturerlebnisse (zumeist Betrachtungen)	12
- Erfolgserlebnisse (leistungsorientiert)	9
- (reine) Gesprächssituationen	4
- Bewegung (Sport, Tanzen u. a.)	4
- Meditation	4
- Hören (Geräusche, Musik)	3
- Theaterspielen	2
- Lesen	2
- Außergewöhnliche Ereignisse (Geburt eines Kindes, Rückkehr des Vaters aus der Gefangenschaft)	2

26 Personen beschrieben ein spezifisches Glückserlebnis unbenannten Ursprungs, 19 Personen beschrieben - unter Nicht-Beachtung der Instruktion - allgemein ihren Glückszustand, ohne direkten Erlebnisbezug. Anfangs wurde erwogen, diese 19 Texte nicht in die Inhaltsanalyse einzubeziehen. Die Be-

denken wegen möglicher Verzerrungen erwiesen sich jedoch später - aufgrund der großen Anzahl der der Instruktion entsprechenden Beschreibungen - als nicht gewichtig.

Drei der Texte waren nicht brauchbar: es handelte sich um die Schilderung eines Erlebnisses unter Drogen, weiterhin um ein sehr verblaßtes Kindheitserlebnis im Alter von 3 Jahren und einen Text, der allgemein philosophische Überlegungen zu Glück enthielt.

Die handgeschriebenen Texte variierten in der Länge zwischen vier Zeilen und anderthalb DIN A4-Seiten. Der weitaus größte Teil hatte jedoch eine Länge von einer halben bis zu einer Seite.

8.1.3. AUSWERTUNG DER ERLEBNISDARSTELLUNGEN

8.1.3.1. TEXTBEISPIELE

Im folgenden werden Textbeispiele (unveränderte Abschriften) einen Eindruck von der Form der Beschreibungen geben. In dem Bemühen um eine möglichst treffende Umsetzung des Gefühls-erlebnisses in Sprache zeigen sich häufig ein fragmentarischer Satzbau und unvermittelte Assoziationen. Dies ist beim Lesen der Texte zunächst ungewohnt, bei intensiverer Einfühlung in die Beschreibungen erscheint jedoch gerade diese "Sprachform" als angemessen.

Erleben von Glück (1. Textbeispiel)

Zu Hause mit meinem Mann, der mir sehr viel bedeutet. Ich rede über mich, über das, was mich wirklich betrifft, über Dinge, die ich sonst nie herauslasse. Ich habe Angst - zuerst. Und dann das Gefühl, angenommen zu werden. Ich fühle, daß er zuhört, daß es ihn tatsächlich interessiert. Ich vergesse, wo ich bin, wieviel Uhr es ist, was ich eigentlich

tun sollte, vergesse alle Probleme und Ängste. Ich fühle mich frei, leicht, ohne Schmerzen. Ich habe das Gefühl, eins zu sein mit ihm und allem, was um mich ist, es kann mir nichts passieren. Ich fühle tiefes Verständnis und Mit-leiden, wenn ich an andere Menschen denke. Ich glaube, es ist mir nichts mehr fremd. Ich fühle mich geborgen, so, als wenn ich an einem Endpunkt angekommen wäre und nicht weiter zu suchen bräuchte. Ich empfinde meinen Körper als unglaublich leicht und zugleich ausgefüllt, gesättigt. Ich bin - und denke nicht mehr darüber nach, wie ich sein sollte. Ich fühle, daß ich Vertrauen und Liebe empfinden kann und es macht mich froh. Ich lächle. Als ich aufhöre zu reden, fühle ich mich wohl, ermattet und angenehm müde.

Wenn es mir schlechter geht, erinnere ich mich an dieses Erlebnis und das gibt mir Kraft. Die Nachwirkung hält noch immer an.

Erleben von Glück (2. Textbeispiel)

Leicht, schwerelos, geboren, sicher, frei, fließend, unbeschwert. Ich bin beweglich, hab' keine Angst, gebremst zu werden, zensiert oder bewertet zu sein. Ich kann mich für den Moment selbst akzeptieren, so wie ich in dem Moment einfach bin. Probleme scheinen leichter zu lösen - können aus anderer Perspektive bzw. mit anderer Fülle gesehen werden. Heraus aus der Schwere von vermeintlicher Unlösbarkeit. Leichtigkeit als Grundgefühl. Klarheit, Unabhängigkeit und gleichzeitig Affinität zum anderen. Beides schließt sich nicht aus. Ich fühle mich wohl beim anderen, ohne darin unterzugehen, meine Grenzen zu verlieren.

Entspanntheit, intensives Körpergefühl: Ich mag mich selbst und fühle mich in meinem Körper zu Hause, als mein eigener Körper. Trennung Kopf/Körper nicht mehr so stark empfunden.

Erleben von Glück (3. Textbeispiel)

Meine Gefühle dabei waren einmal eine überwältigende körperliche Kraft (Bäume ausreißen), ein Gefühl, als würde ich explodieren (Drang nach viel Bewegung). Wir faßten uns auch beide spontan an den Händen und rannten über die Wiese und überschlugen us. Ich hätte alles und jedes umarmen können. Wärme durchströmte meinen Körper, die sinnliche Wahrnehmung war höchst gesteigert.

Seelisch fühlte ich mich frei, ganz leicht und sehr verbunden mit meiner Freundin und der Umwelt. Auch fühlte ich mich stark, alles was kommen würde mit Leichtigkeit zu lösen, ich war voll Liebe für alles, ich hätte jedes mir zugefügte Unrecht in dem Moment verzeihen können. Ich hatte das Bedürfnis, jedem von meinem Glück abzugeben und hab' gleichzeitig die Freude meiner Freundin in mich aufgenommen.

Das Gefühl hat sehr lange angehalten - auch wenn die erste Explosion bald vorbei war. Die nächsten Tage war ich ausgeglichen, hatte mehr Sinn für das Schöne um mich herum, war freundlich und einfach glücklich. Ich hatte obendrein das Gefühl, daß meine Umwelt das gut aufnahm und zurückgab.

8.1.3.2. VORGEHENSWEISE

Es bestehen große Ähnlichkeiten zwischen den Beschreibungen - dieser Eindruck drängte sich schon beim ersten Lesen der Texte auf. Es galt ein Auswertungsverfahren zu finden, das nicht vordringlich als Entscheidungsverfahren für Hypothesen konzipiert ist, sondern zunächst eine relativ verlässliche Beschreibung und Gruppierung der semantisch identifizierbaren Textinhalte ermöglicht.

Bei der Durchsicht der inhaltsanalytischen Methoden zur Untersuchung schriftsprachlicher Texte (BESSLER, 1972; BERELSON, 1952, 1959; HERKNER, 1975; HOLSTI, 1968; KRACAUER, 1952; RITSERT, 1972; ROMNEY, SHEPARD & NERLOVE (Hrsg.), 1972 u. a.) erwies sich das Vorgehen von ROSENBERG und

SEDLAC (1972) dafür als die geeignete Methode. Dies allerdings unter der Voraussetzung einer differenzierenden Herausarbeitung der sehr allgemein gehaltenen Regeln für die Kodierung unserer Art von Texten und ohne Einsatz der von ihnen vorgeschlagenen Quantifizierungstechniken. Im Zusammenhang mit freien sprachlichen Darstellungen von Gefühlen sind statistische Auswertungen mit Vorsicht zu betrachten. Die unterschiedlich starke Motivation und Fähigkeit der befragten Personen, Gefühle sprachlich auszudrücken - die sich in den sehr unterschiedlichen Textlängen bemerkbar macht - läßt Quantifizierungen mit spezifischen Entscheidungsverfahren nur mit starken Vorbehalten zu. Die Häufigkeiten bestimmter Aussagen geben zwar Hinweise auf ihre Bedeutsamkeiten, garantieren diese jedoch keineswegs.

Die Inhaltsanalyse der Erlebnisse - hier nur sehr pauschal beschrieben - ist durch folgendes schrittweise Vorgehen gekennzeichnet:

a) Ermittlung sprachlicher Einheiten

Die Texte werden in linguistische Beschreibungseinheiten zerlegt.

Das Ermitteln von Beschreibungseinheiten aus dem laufenden Text macht es notwendig, einen Satz von Regeln zu entwickeln, nach denen eine Transformation des Sprachganzen in Beschreibungseinheiten erfolgen kann.

b) Gruppierung linguistischer Einheiten in Kategorien

Die so ermittelten Einheiten werden nach den Gesichtspunkten von

- inhaltlich gleicher Bedeutung und
 - der Verwendung gleicher Grundwörter bzw. Grundsilben
- zusammengefaßt.

Da eine Abänderung und differenzierende Herausarbeitung der sehr allgemein gehaltenen "Transformationsregeln" von

ROSENBERG und SEDLAC (1972) im Hinblick auf die Art unserer Texte durchgeführt wurde, ist ihre Darlegung notwendig. Wir haben die Forderung nach einer Zusammenfassung der Information gestellt, die in ihren Schritten nachvollziehbar ist.

Regeln zur Transformation der Erlebnisbeschreibungen von Glück in sprachliche Einheiten

1. ES WERDEN NUR BESCHREIBUNGEN NOTIERT, DIE SICH AUF ASPEKTE VON GEFÜHLEN BEZIEHEN.
REINE SITUATIONSDESCREIBUNGEN WERDEN AUSGELASSEN.
2. GEFÜHLSBESCHREIBUNGEN, DIE SICH AUF EIN WORT REDUZIEREN LASSEN, OHNE IHRE AUSSAGE ZU VERÄNDERN, WERDEN SOLCHER-
MASSEN NOTIERT.
DABEI SPIELT ES KEINE ROLLE, WELCHE GRAMMATIKALISCHE FORM GEWÄHLT WURDE.

WENN DER INHALT DER BESCHREIBUNG VERSTÄNDLICH BLEIBT, WERDEN FOLGENDE WÖRTER NICHT NOTIERT:

- a) Hilfsverben (ist, war)
- b) Artikel (der, die, das); Possessivpronomen (mein usw.)

Beispiel:

ich war entspannt	= entspannt
die Entspannung	= Entspannung

Ausnahme:

Wenn sie sich auf einen anderen als den Beschreibenden selbst beziehen.

- c) Bezeichnung der Person, auf die sich die Beschreibung bezieht.

Ausnahme:

Wenn sie sich auf einen anderen als den Beschreibenden selbst bezieht.

3. SIND IN EINEM SATZ MEHRERE GEFÜHLSBESCHREIBUNGEN ENTHALTEN, SO IST JEDE BESCHREIBUNG GESONDERT ZU NOTIEREN.

Beispiel:

ich atmete tief und gleichmäßig	= atmen, tief atmen, gleichmäßig
ruhig und ausgeglichen	= ruhig ausgeglichen

4. BEZIEHT SICH EIN GEFÜHLSASPEKT AUF EIN VERHALTEN, EIN OBJEKT ODER EINE SITUATION — ODER WIRD ER AUF DIESE HIN SPEZIFIZIERT —, SO WIRD DAS OBJEKT USW. MITNOTIERT.

Beispiel:

Überschwemmtsein von Wärme .	= Überschwemmtsein, von Wärme
in meinem Körper war eine angenehme Wärme	= Wärme, angenehme, im Körper

5. DAS WORT "GEFÜHL" UND BEGRIFFSVERWANDTE BEZEICHNUNGEN WERDEN NICHT NOTIERT, WENN DER INHALT DER BESCHREIBUNG RELATIV PRÄZISE BLEIBT.

Beispiel:

sich warm fühlen	= warm
ein Gefühl der Wärme	= Wärme
mir ist warm	= warm
eine spürbare Wärme	= Wärme
ich fühlte Wärme	= Wärme

6. VERMÖGENS- UND BESITZBEGRIFFE WERDEN NICHT NOTIERT.
z. B. hat, fähig zu, kann, besitzt

Beispiel:

ich fühlte, daß ich einen großen Freiheitsraum besitze	= Freiheitsraum, groß
---	--------------------------

Das Substantiv "Fähigkeit" wird jedoch notiert.

Beispiel:

ich hatte die Fähigkeit,
alles aufzunehmen

= Fähigkeit, aufzu-
nehmen, alles

7. BEDÜRFNIS, WUNSCH, WILLE, ZWANG, DRANG, LUST UND ÄHNLICHE
AUSDRÜCKE, DIE BESCHREIBUNGEN MODIFIZIEREN, WERDEN NICHT
NOTIERT.
DABEI SPIELT ES KEINE ROLLE, WELCHE FUNKTION DAS WORT IM
SATZBAU HAT.

Beispiel:

ich hatte Lust zu singen

= singen

zum Gedankenaustausch gedrängt

= Gedankenaustausch

8. GEFÜHLSBESCHREIBUNGEN SIND VON UNBEHELFLICHEN ANREICHERUN-
GEN ZU BEFREIEN.

Beispiel:

Zustand, Art, Aspekt, verschiedenste Dinge

genießerischer Aspekt

= genießerisch

Erschöpfungszustand

= Erschöpfung

Aktivität, schöpferischer Art

= Aktivität, schöpfe-
risch

gegenüber den verschiedensten
Dingen sensibilisiert

= sensibilisiert

9. WIRD EINE GEFÜHLSBESCHREIBUNG DURCH EIN ZUSATZWORT IN BEZUG
AUF DIE INTENSITÄT MODIFIZIERT, SO WIRD DIESES WORT NICHT
NOTIERT, WENN DIE GRUNDBEDEUTUNG DES WORTES UNVERÄNDERT
BLEIBT.

Solche Zusatzwörter sind u. a.:

sehr	wirklich	irgendwie
äußerst	relativ	ziemlich
unglaublich	total	ungeheuer
vollkommen	unendlich	
gänzlich	völlig	
ganz	voll	

Wird die Beschreibung jedoch eindeutig abgeschwächt, so
muß der Zusatz erhalten werden.

Beispiel:

ein wenig Trauer

= Trauer, ein wenig

10. BILDER UND VERGLEICHE WERDEN UNVERÄNDERT NOTIERT.

Beispiel:

ich lächelte wie ein glückliches Kind = lächeln, wie ein glückliches Kind

ich glühte wie ein Sonnenball = glühen, wie ein Sonnenball

11. ANMUTUNGEN, DIE IN DIE BESCHREIBUNG DER GEFÜHLE EINGEHEN, WERDEN NICHT BERÜCKSICHTIGT.

Beispiel:

ich hatte den Eindruck, als stünde die Zeit still = Zeit, steht still

es schien so, als ob ich materiellos wäre = materiellos

12. STEIGERUNGSFORMEN WERDEN NICHT BERÜCKSICHTIGT.

Beispiel:

gelöster = gelöst

hemmungsloser = hemmungslos

13. KONJUNKTIVFORMEN WERDEN NICHT BERÜCKSICHTIGT.

Beispiel:

ich hätte tanzen können = tanzen

hätte alle umarmen können = umarmen, alle

14. ZUSAMMENHÄNGE, BZW. VERMUTUNGEN ÜBER KAUSALE BEZIEHUNGEN, DIE IM SATZBAU AUSGEDRÜCKT SIND, BLEIBEN UNBERÜCKSICHTIGT.

Beispiel:

Wärme gibt mir Ruhe

= Wärme
Ruhedie Erregung läßt
meine Wahrnehmung
schärfer werden= Erregung
= Wahrnehmung, scharf

15. ALLE BESCHREIBUNGEN WERDEN IN DER GEGENWART NOTIERT.

Beispiel:

ich schwebte durch den Raum

= schweben, durch
den RaumAusnahme:

Sie werden in Vergangenheit oder Zukunft belassen, wenn die Zeitaussage ein wesentlicher Inhalt der Beschreibung ist.

Beispiel:kein Verständnis, daß ich jemals
Probleme hatte= kein Verständnis,
daß ich Probleme
hatte

Nach diesen Regeln wurden 1558 linguistische Beschreibungseinheiten herauskristallisiert. Obwohl die Erlebnisschilderungen freie Beschreibungen sind, war das Ermitteln von Beschreibungseinheiten zwar ein langwieriges, jedoch kein allzu großes Problem. Die Texte zeigen verhältnismäßig große Ähnlichkeiten in Inhalt und Form. 1509 Beschreibungen konnten nach den Gesichtspunkten inhaltlich gleicher Bedeutung und der Verwendung gleicher Grundwörter bzw. Grundsilben in 109 Kategorien zusammengefaßt werden, 57 Einheiten wurden wegen zu geringer Häufigkeit nicht berücksichtigt. Die Regeln, nach denen die Zusammenfassung durchgeführt wurde, sind im folgenden aufgeführt.

Regeln zur Zusammenfassung von linguistischen Beschreibungseinheiten in Kategorien

1. Beschreibungen, die gleiche Grundsilben bzw. Grundwörter enthalten, werden in einer Kategorie zusammengefaßt.
2. Gefühlsbeschreibungen inhaltlich gleicher Bedeutung, bzw. sinnverwandte Beschreibungseinheiten werden in einer Kategorie gruppiert.

3. Verschiedene grammatikalische Formen der gleichen Beschreibung kommen in die gleiche Kategorie.
4. Sinnverwandte Beschreibungen im Aktiv und Passiv werden in einer einzigen Kategorie plazierte.
5. Die Bezeichnungen von Personen und Gegenständen, auf die sich die Beschreibungen beziehen, werden nicht beachtet. Beschreibungen mit Beziehungen zu unterschiedlichen Personen oder Gegenständen werden in einer Kategorie zusammengefaßt.
6. Wird eine Gefühlsbeschreibung durch die Verneinung des Gegenteils ausgedrückt, so wird sie in die gleiche Kategorie eingeordnet wie Beschreibungen, die dieses Erleben direkt, d. h. ohne Verneinung ausdrücken.
6. Beschreibungen, die als Teilmenge einer umfassenderen Beschreibung anzusehen sind, werden in die gleiche Kategorie plazierte wie die umfassendere, allgemeinere Beschreibung.

Beispiel (zur zusammenfassenden Erläuterung der Regeln):

Verständnis = Verständnis, für andere Menschen = verstehen,
 alles = emphatisch = verstanden werden = sich verstehen,
 gegenseitig = verstehen, die Berührung = verständnisvoll =
 Übereinstimmung, mit geliebtem Menschen = keine Schwierigkeiten, zu verstehen, den anderen ...

Die große Anzahl der ermittelten Kategorien ließ keine sinnvolle Auswertung zu, eine zweite Zusammenfassung war notwendig. Es stellte sich das Problem, ein umfassenderes Kategoriensystem zu finden, das möglichst erschöpfend alle Beschreibungen in sich aufnimmt. Dabei war die Art der Gruppierung zweitrangig, da eine Ermittlung der spezifischen Dimensionen des Erlebens von Glück in der faktorenanalytischen Auswertung der Fragebogendaten gegeben ist. Es ging zunächst

um eine übersichtliche Gruppierung der herausgearbeiteten Erlebnisaspekte als inhaltliche Basis der später entwickelten Gefühlsskala "Erleben von Glück".

In der Darstellung der empirischen Untersuchungsergebnisse (Kap. 6.2.2.) ist die Arbeit von MEADOWS (1975) sehr ausführlich diskutiert worden. Die von MEADOWS analysierten Faktoren des Erlebens von Freude bieten sich - trotz der gekennzeichneten Mängel der Untersuchung - als vorläufiges Ordnungssystem für eine Gruppierung der von uns ermittelten Erlebnisaspekte von Glück an.

In der ersten, nach semantischen Gesichtspunkten durchgeführten Zusammenfassung der Information wurde bereits deutlich, daß in weiten Bereichen eine Übereinstimmung der Erlebnisaspekte vorhanden ist; ebenfalls jedoch, daß nicht nur die inhaltlichen Gesichtspunkte der MEADOWSchen Faktoren differenziert und erheblich ausgeweitet werden konnten, sondern daß darüber hinaus eine Fülle weiterer Kategorien ermittelt wurde, die sich in Bereiche gliedern lassen, die subjektiv als zusammengehörig betrachtet werden können. Das in Kapitel 6.2.2. dargestellte, weitgehend deduktive Vorgehen von MEADOWS läßt dies erwarten. Weiterhin ist aber zu bedenken, daß Glück zwar wesentliche Erlebnisaspekte von Freude einschließt, daß Freude jedoch nicht dasjenige auszuschöpfen vermag, was wir mit Glück bezeichnen.

Die Darstellung und Interpretation der Ergebnisse der Textanalyse erfolgt also hauptsächlich im Vergleich mit der Arbeit von MEADOWS.

8.1.4. ERGEBNISSE

In der im folgenden dargestellten zweiten Zusammenfassung werden die herauskristallisierten und nach semantischen Gesichtspunkten erstmals in Kategorien zusammengefaßten linguistischen Beschreibungseinheiten den von MEADOWS (1975) analysierten Faktoren zugeordnet. Beschreibungen, die sich

diesem System inhaltlich nicht zuordnen ließen, wurden darüber hinaus nach Aspekten eigener inhaltlicher Zusammengehörigkeit gruppiert.

Die inhaltlichen Überschneidungen mit den MEADOWSschen Faktoren, d. h. deckungsgleiche Erlebnisbeschreibungen sind in der Ergebnisdarstellung durch große Schreibweise gekennzeichnet.

Zur Benennung der Kategorien (zweite Zusammenfassung) werden - um eine Orientierung zu erleichtern - die Faktorenbezeichnungen von MEADOWS weitgehend übernommen, obwohl sich - wie auf den ersten Blick ersichtlich ist - inhaltliche Aspekte stark herausdifferenziert und erweitert haben oder völlig neue Akzentuierungen (z. B. im ersten Faktor) hervortreten. Dies vereinfacht die Ergebnisdarstellung.

In der anschließenden Diskussion der Ergebnisse der Textanalyse werden die inhaltlichen Parallelen und Neuerungen im einzelnen erörtert.

Die 17 herausgearbeiteten Erlebniskategorien sind auf den folgenden Seiten zusammengestellt. Aussagen, die sich auf das Zeitgefühl der Personen beziehen, wurden in einer Kategorie zusammengefaßt.

Die Auflistung der Häufigkeiten erfolgt unter den bereits erwähnten Vorbehalten.

TABELLE 1: KATEGORIEN DER INHALTSANALYSE

KATEGORIEN

0

10

20

30

40

1. GLÜCK IM ENGEN BEISAMMENSEIN MIT ANDEREN

GLÜCK TEILEN; ANDEREN GLÜCK ABGEBEN	
ZUSAMMENSEIN MIT MENSCHEN; KONTAKT AUFNEHMEN	
verbunden sein, mit Menschen	
Dazugehörigkeit	
Vertrauen; sich geborgen fühlen	
Zuneigung, Umwelt	
Geduld, für andere	
Nachsicht	

offen sein	
sich öffnen	
reden (können); Gefühle mitteilen	
zuhören (jemand, mir selbst)	
Gedankenaustausch	
Gefühle nicht aussprechen müssen (Kommunikation, nonverbal)	

verstehen, den anderen; die Umwelt	
akzeptieren; Toleranz	
nah sein	
eins sein, mit dem anderen, mit der Umwelt	
im Einklang sein, " " , " " "	
eine Einheit sein, " " , " " "	
verschmelzen, mit anderen; mit Umwelt	

Liebe (allgemein)	
Liebe, für andere	
Geliebt werden	

KATEGORIEN

0

10

20

30

EINHEITEN
402. GLÜCK IN DER ERFAHRUNG DER EIGENEN INDIVIDUALITÄT

ALLEIN SEIN, NICHT EINSAM	
ICH SELBST SEIN; AKZEPTIEREN, MICH SELBST	
ganz sein; eine Einheit sein; eins sein mit sich selbst	
ruhen, in sich selbst; verwöhnen, sich selbst	
Liebe, für mich selbst	

3. GLÜCK IM ÜBERSCHWANG KÖRPERLICHER ERREGUNG

ENERGIE	
KRAFT; VITALITÄT	
ERREGUNG; SPANNUNG	
BEWEGTHEIT, KÖRPERLICH	
LAUFEN; TANZEN	
LACHEN; LÄCHELN	
SINGEN; SCHREIEN	
ÜBERTRIEBEN FRÖHLICH SEIN	

4. GLÜCK IN HEITERER RUHE UND ENTSPANNUNG

RUHIG; HEITER	
ENTSPANNT	
leicht; erleichtert; unbeschwert	
AUSGEGLICHEN; GELASSEN; FRIEDLICH	
ZUFRIEDEN; BEFRIEDIGUNG, INNERE	
wunschlos sein	

KATEGORIEN

0

10

20

30

5. GLÜCK IM ERLEBNIS DER PASSIVITÄT

SICH PASSIV FÜHLEN (in dem Glückserlebnis)	
--	--

6. GLÜCK IM ERLEBNIS DER AKTIVITÄT

SICH AKTIV FÜHLEN (ein Ziel erreicht haben)	
---	--

7. GLÜCK IN DER WAHRNEHMUNG VON SCHÖNHEIT

WACH; AUFNAHMEBEREIT	
SINNLICHE WAHRNEHMUNG, GESTEIGERT	
SENSITIV SEIN	
HÖREN, ALLE GERÄUSCHE	
FARBEN, ERLEBEN	
GERÜCHE, STARK ERLEBEN	
EMPFINDEN, DAS LICHT	
WAHRNEHMEN, DIE FORM	
RÄUMLICHE WEITE (empfinden)	
BETRACHTEN; SINN HABEN FÜR DAS SCHÖNE	
ERLEBEN, INTENSIV	

8. GLÜCK IM GEFÜHL DER EIGENEN STÄRKE

SELBSTSICHERHEIT	
WICHTIG SEIN; INTERESSANT SEIN	
MACHT	
alles bewältigen können	
unangreifbar sein; unverwundbar sein	
über den Dingen stehen	

KATEGORIEN

0 10 20 30 40

EINHEITEN

9. GLÜCK IN DEM GEFÜHL, DIE WELT ZU BEJAHEN

TOTALE BEJAHUNG; "DIE WELT UMARMEN"	
ohne Probleme, die ganze Welt; Harmonie	
verbunden sein; eingebettet sein; ein Teil sein (der Welt)	
Lebensfreude, leben	
Dank; Demut	
Transzendenz	

10. ZEIT- UND RAUMEMPFINDEN

NUR GEGENWART ZÄHLT; LEBEN, IM AUGENBLICK	
Zeitlosigkeit; Zustand des Ewigen	
Raumlosigkeit; das Fühlen ist ohne Raum	
keine Zukunftsbezogenheit	
keine Vergangenheitsbezogenheit	
Zutrauen, in die Zukunft	
Zustand klingt nach	
Erinnerung, ist stark	

11. GLÜCK IM VORGANG PRODUKTIVEN DENKENS UND HANDELNS

DINGE VERSTEHEN; DINGE NEU SEHEN	
ERLEBNISMÖGLICHKEITEN ERKENNEN; VERWIRKLICHEN	
ARBEITEN, BESSER	}
SICH ENTWICKELN	
KREATIVER SCHAFFENSDRANG	

KATEGORIEN

C

10

20

30

EINHEITEN

12. GLÜCK IM ZUSTAND DER EKSTASE

sich gehen lassen; spontan sein; hemmungslos sein

Kontrolle verlieren

überschwemmt sein, von Gefühlen; überfließen

SCHWEBEN; fliegen; vergessen, Alltag

schwerelos sein; materiellos sein

nicht wahrnehmen, Umwelt

Rausch, Euphorie (Traum)

nicht begrenzt sein, psychisch; körperlich

ZUSÄTZLICHE GRUPPIERUNGEN:13. "Bewußtseinerfüllende Breite", "WÄRME" (KRUEGER)

ein "alleiniges" Gefühl, ohne Einschränkungen

wahrnehmen, nur das Gefühl; Klarheit der Gefühle

enthoben sein, von Problemen

Bedrückendes, verliert seinen Schrecken

positiv deuten, Ereignisse

positiv deuten, Begegnung mit Menschen

Wärme spüren, innerlich

14. Bewußtsein der Freiheit

frei sein, sich befreit fühlen

47 →

KATEGORIEN

0

10

20

30

15. Körpergefühle

allgemein: intensives Körpergefühl	
sich zu Hause fühlen, i. s. Körper	
Gefühle äußern, körperlich	
Entkörperlichung	
sich wohlig, sich warm fühlen (körperlich)	
entspannt; schwebend; fließend (körperlich)	
unbändig, vor körperlicher Kraft	
keine Ermüdung spüren	
wenig essen; wenig trinken	
Gefühle im Bauch; im Magen; in der Brust	
Gefühle, Herz	
Gefühle, Kopf; Hals; Hände; Genitalbereich; Haut; Atmung	
körperliche Sättigungsgefühle	

16. Mit Glück "zusammenhängende" Gefühle

sich wohlfühlen	
Lust; genießen	
sich freuen	
fröhlich sein	

17. Zusammenhang: negative - positive Gefühle

keine negativen Gefühle (keine Angst, Aggressionen, Leiden)	
negative Gefühle (Angst, Trauer, Wehmut, Skepsis, Schwere, Sättigung)	

TABELLE 2: VERTEILUNG DER BESCHREIBUNGSEINHEITEN ÜBER DIE KATEGORIEN
DER 2. ZUSAMMENFASSUNG (Bezeichnungen, vgl. MEADOWS, 1975)

		Einheiten
1. (25)	Glück im engen Beisammensein mit anderen	256
2. (5)	Glück in der Erfahrung der eigenen Individualität	71
3. (8)	Glück im Überschwang körperlicher Erregung	132
4. (6)	Glück in heiterer Ruhe und Entspannung	127
5. (1)	(Passivität)	16
6. (1)	(Aktivität)	21
7. (11)	Glück in der Wahrnehmung von Schönheit	116
8. (6)	Glück im Gefühl der eigenen Stärke	49
9. (6)	Glück in dem Gefühl, die Welt zu bejahen	86
10. (8)	Zeit- und Raumempfinden	87
11. (3)	Glück „in Vorgang produktiven Denkens und Handelns	37
12. (7)	Glück im Zustand der Ekstase	139
13. (5)	"bewußtseinerfüllende Breite", "Wärme" (KRUEGER)	111
14. (1)	Bewußtsein der Freiheit	47
15. (13)	Körpergefühle	126
16. (4)	Mit Glück "zusammenhängende" Gefühle	42
17. (2)	Zusammenhang: negative - positive Gefühle	39

Anmerkung: Die Zahlenangaben in den Klammern beinhalten die Anzahl der nach semantischen Gesichtspunkten gruppierten Kategorien der ersten Zusammenfassung.

1. In einigen Erlebnisaspekten wurde ein hohes Maß an Übereinstimmung zwischen den von MEADOWS analysierten Faktoren und denjenigen Erlebnisaspekten, die aus der Inhaltsanalyse hervorgehen, festgestellt. Diese Kongruenz zeigte sich in den vier Dimensionen

- 'ÜBERSCHWANG KÖRPERLICHER ERREGUNG' (3)
- 'WAHRNEHMUNG VON SCHÖNHEIT' (7)
- 'RUHE UND ENTSPANNUNG' (4) und
- 'PRODUKTIVES DENKEN UND HANDELN' (13).

2. In der ersten Erlebnisdimension, 'ENGES BEISAMMENSEIN MIT ANDEREN' wird inhaltlich eine Erweiterung deutlich, die völlig neue Akzente setzt. Dies trifft ebenfalls - jedoch z. T. in weniger ausgedehntem Umfang - auf die folgenden Kategorien zu:

- 'ERFAHRUNG DER EIGENEN INDIVIDUALITÄT' (2)
- 'GEFÜHL DER EIGENEN STÄRKE' (8)
- 'GEFÜHL, DIE WELT ZU BEJAHEN' (9)
- 'EKSTASE' (14)
- 'ZEIT- UND RAUMEMPFINDEN' (10, 11, 12)

Zwei der oben aufgeführten Erlebnisdimensionen, Nr. 5 (PASSIVITÄT) und Nr. 6 (AKTIVITÄT) erscheinen in unseren Ergebnissen als unbedeutend. Sie können fallengelassen werden, da sie sich auf mögliche Ursachen des Gefühlserlebnisses beziehen. Die - im Verhältnis zu den anderen Erlebnisdimensionen - verschwindend geringe Anzahl von Aussagen hierzu (16 bzw. 21 von 1558 Beschreibungseinheiten) war darum zu erwarten. Auf die Notwendigkeit einer Trennung von Beschreibung des Phänomens und Erklärung desselben wurde bereits im Zusammenhang mit MEADOWS (1975) hingewiesen (vgl. Kap. 6.2.2.2.).

Anmerkung: Die Zahlenangaben in den Klammern beinhalten die Nummern der MEADOWSschen Faktoren.

Von den drei MEADOWSschen Faktoren, die das Zeitempfinden beschreiben (vgl. Kap. 6.2.2.1.) tritt in den analysierten Texten nur der Aspekt der 'UNMITTELBARKEIT' des Erlebens hervor. Das schnelle Vergehen der Zeit im Zustand des Glücklich-Seins wird von den befragten Personen nicht beschrieben, es wurde vielmehr wiederholt geäußert, daß ein Zustand der Zeitlosigkeit erlebt wird. Die Vergangenheitsbezogenheit ist zudem schwach, das Vertrauen in die Zukunft jedoch stark ausgeprägt. Das Gefühl klingt bei den Befragten z. T. stark nach.

3. Über die von MEADOWS dargestellten Erlebnisdimensionen hinaus treten die von KRUEGER (1928) herausgearbeiteten allgemeinen Aspekte von Gefühl - "bewußtseinerfüllende Breite" und "Wärme" (vgl. Kap. 5.3.1.) - in den Erlebnisbeschreibungen deutlich hervor.
4. Zudem wird von einem hohen Prozentsatz der Befragten geäußert, daß sie im Glücklich-Sein ein starkes Gefühl der Freiheit bzw. des Befreit-Seins empfinden.
5. Eine große Anzahl von Beschreibungen konzentriert sich auf die Wahrnehmung von Körpergefühlen bzw. auf Aussagen der Beziehung zum eigenen Körper. Diese ausgeprägte und sehr direkte Verbindung von psychischem und körperlichem Erleben - die für intensive Gefühle besonders charakteristisch ist - wird von MEADOWS nicht erfaßt.
6. Als mit Glück im engen Zusammenhang stehende Gefühle wurden Wohlsein, Lust und Freude genannt.
7. Aussagen über Glücklich-Sein als einem Zustand, der von keinerlei negativen Gefühlen (Angst, Aggressionen, Leid) beeinträchtigt wird, stehen Beobachtungen gegenüber, in denen Glücklich-Sein durchaus mit Gefühlen von Angst, Trauer, Wehmut, Skepsis, Schwere und Sättigung einhergeht.

8. Die Verteilung der Beschreibungseinheiten über die Kategorien (der zweiten Zusammenfassung) ist in Tabelle Nr. 2 zusammengestellt.

Die größte Häufigkeit konzentriert sich - mit weitem Abstand - in der ersten Beschreibungskategorie (Aussagen über die Qualität der menschlichen Beziehungen im Erlebnis des Glücklich-Seins).

Abgesehen von dieser herausragend stark besetzten Erlebnisdimension zeigen die Kategorien

- 'ÜBERSCHWANG KÖRPERLICHER ERREGUNG'	(3)
- 'HEITERE RUHE UND ENTSPANNUNG'	(4)
- 'ZUSTAND DER EKSTASE'	(12) und
- 'KÖRPERGEFÜHLE'	(15)

die größte Anzahl von Aussagen.

9. Die Angaben zur Situation, in der Glück erlebt wurde, sind in Kap. 8.1.2.3. aufgelistet. Sie werden im Zusammenhang mit den Ergebnissen des Fragebogens "Erleben von Glück" erörtert.

8.1.5. DISKUSSION

In dieser Diskussion wird nicht, wie allgemein üblich, eine kritische Bewertung der Ergebnisse durchgeführt. Dies kann nur ansatzweise - im Vergleich mit MEADOWS (1975) - erfolgen. Die Ergebnisse der Inhaltsanalyse sind als umfangreiche "Stoffsammlung" im Sinne einer unausweichlich notwendigen empirischen Voruntersuchung für die Konstruktion der Skala "Erleben von Glück" anzusehen. Sie sollen an dieser Stelle darum nur, über den Vergleich mit MEADOWS hinaus, in einen sinnvollen inhaltlichen Zusammenhang gesetzt werden. Eine umfassendere psychologische Analyse erfolgt im Zusammenhang mit den Ergebnissen der Faktorenanalyse des Fragebogens. In der Zusammenfassung der Ergebnisse der empirischen Untersuchungen (Kap. 8.4.) werden zudem diejenigen Erlebnisaspekte erörtert, die in der Faktorenanalyse nicht deutlich werden.

Im Anschluß an diese Ausführungen folgt eine kritische Betrachtung der Vorgehensweise bei der Analyse der schriftsprachlichen Texte.

1. Die Gewichtigkeit der Veränderungen im ersten Faktor (MEADOWS) soll zunächst überdacht werden.

Hier wird nicht nur, wie bei MEADOWS, die soziale Dimension von Freude bestätigt ("teilen wollen"). Die große Anzahl der neu analysierten Erlebnisaspekte erfaßt darüber hinaus ganz eigene Kennzeichen der menschlichen Beziehungen im Glücklich-Sein, die mit den Begriffen Dazugehörigkeit, Vertrauen, Zuneigung, Offenheit, Verständnis, Toleranz bezeichnet werden und schließlich über das Erleben von Nähe und Einssein mit anderen in Gefühlen von Liebe gipfeln können.

Diese Inhalte des Erlebens, die offensichtlich von zentraler Bedeutung sind, charakterisieren die menschlichen Beziehungen im Glücklich-Sein. Sie sind - sowohl im subjektiven Erlebe als auch in ihren Ausdrucksformen - durch Ausweitung, Aufgeschlossenheit und Annehmen gekennzeichnet. LERSCH (vgl. Kap. 6.1.) faßt sie als "Gebärde des Sichöffnens, des Umfassens und des Sich-verschenkens" auf.

Das - im einzelnen nicht spezifizierte - Feststellen der sozialen Dimension von Glück (vgl. MEADOWS) trägt also wenig zu einer substantiellen Darstellung des Phänomens bei. Die zentralen Aspekte des Erlebens werden nicht erfaßt.

2. Über die Kennzeichnung des beglückenden Erlebnisses der eigenen unverwechselbaren Individualität (vgl. MEADOWS) hinaus zeigt die zweite Kategorie Erlebnisinhalte, die Ausdruck der Einstellung, der veränderten Beziehung des Individuums zu sich selbst sind. Der all diese Beziehungsinhalte umfassende Gesichtspunkt ist das Akzeptieren, das "klare warme Einverständnis mit sich selbst", das in Gefühlen der Liebe zu sich selbst eine mächtige Ausprägung und Vollkommenheit erlangen kann. Dieses Bewußtsein der Nähe zu sich selbst, der inneren Harmonie

steht in engem Zusammenhang mit dem Erleben von Gefühlen der Selbstsicherheit, der eigenen Stärke (s. Kategorie Nr. 8), die sich im Zustand des Glücklich-Seins zu dem Gefühl steigert, "unangreifbar", ja "unverwundbar" zu sein.

3. Der Glückliche steht allem, Personen, Gegenständen, einfach den Gegebenheiten seiner Umwelt aufgeschlossener, "verbundener" gegenüber, er erlebt eine Steigerung aller sinnlichen Empfindungen (vgl. Kategorie Nr. 7). Dies tritt z. B. in der Wahrnehmung der Leuchtkraft von Farben und der Steigerung der Leistungsfähigkeit und Empfindlichkeit des Gehörs hervor.

4. Glücklich-Sein wird auch als ein spezifisches Gefühl des "In-der-Welt-seins" empfunden, das sich in einer uneingeschränkten Bejahung des Lebens äußert ("Die Welt umarmen", vgl. Kategorie Nr. 9). Dies hat auch MEADOWS im Zusammenhang mit Freude festgestellt.

Im Erleben von Glück weitet sich diese Bejahung jedoch noch aus: das Individuum und die Welt stehen sich nicht mehr gegenüber, sondern sind aus einem Stoff, sind geteiltes, aber nicht getrenntes Gesamterleben ("verbunden sein, mit der Welt"; "eingebettet sein"; "ein Teil sein, der Welt"). Dies ist der starke Ausdruck einer gefühlsmäßigen Einheit von "innen" und "außen", von Subjekt und Außenwelt.

Lebensfreude im Ausdruck uneingeschränkter Bejahung der Welt schließt die Gewißheit eines Sinnes von Leben und Welt in sich ein. Möglicherweise auch Gefühle von Demut und Dank im Bewußtsein der eigenen Ohnmacht gegenüber dem Tod, jedoch im Vertrauen in die Sinnhaftigkeit des Lebenszusammenhangs. Diese Erlebnisinhalte werden in Kategorie Nr. 9 sehr deutlich, sie gipfeln bei einigen der befragten Personen in Erlebnissen von Transzendenz.

5. MEADOWS (1975) selbst bezeichnet die Ekstaseerlebnisse im Erleben von Freude ("Joy") in seiner Stichprobe nicht als

klassische Ekstasen: "In dieser Stichprobe waren die Ekstaseerlebnisse keine klassischen Ekstasen, in welchen sich der totale Rückzug vom gegebenen visuellen Umfeld ereignet" (S. 49).

Dieser totale Rückzug vom unmittelbaren visuellen Umfeld wird in Kategorie Nr. 12 'EKSTASE' erfaßt.

Es wird hier deutlich, daß Gefühle nicht nur die Tendenz haben, sich auszubreiten und alle anderen psychischen Funktionen "einzufärben", sondern daß sie den Erlebenden sogar zeitweilig ganz einnehmen ja willenlos machen können ("überschwemmt sein, von Gefühlen"; "überfließen"; "Kontrolle verlieren").

6. Veränderungen in der subjektiven Wahrnehmung der Zeit spiegeln Veränderungen im emotionalen Erleben. Im Glücklichen herrscht nicht nur die Gegenwart, sondern das Bewußtsein der Zeit ist in der Hingabe an den Augenblick aufgehoben ("Zustand der Zeitlosigkeit").

Das Gefühl der Freiheit, des alle Grenzen Sprengenden im Erleben von Glück steht offenbar in unmittelbarem Zusammenhang mit dieser Befreiung von der Zeitlichkeit. Sie ist - im weitesten Sinne - als Befreiung von der Vergänglichkeit, der zeitlichen Begrenzung des menschlichen Daseins ("Zustand des Ewigen") aufzufassen. In dieser spezifischen Art der erlebten Zeit ist die Vergangenheit unbedeutend, das Vertrauen in die Zukunft stark, sie hat ihren bedrängenden Charakter verloren, da sie im Glücksmoment gegenwärtig und somit positiv ist.

7. Die Wahl der Benennungen von Kategorie 13 "bewußtseinerfüllende Breite", "Wärme" stellt den Zusammenhang mit unseren Überlegungen zu Charakteristika von Gefühl im subjektiven Erleben (Kap. 5.3.1.) her.

Wir waren davon ausgegangen, daß diese allgemeinen Merkmale von Gefühl - die sich zunächst nicht weiter zurückführen lassen - umso deutlicher hervortreten, je ausgeprägter und tiefer die Gefühlserlebnisse sind.

Die Vielzahl dieser Beschreibungen kennzeichnen Glück als ein höchst intensives Gefühl mit ausgeprägter Eigenqualität.

Wie diese Ausprägungen jedoch - im Verhältnis zu anderen Gefühlserlebnissen - zu beurteilen sind, das wissen wir nicht.

8. Als mit Glück in engem Zusammenhang stehende Gefühle werden Wohlfühlen, Freude und Lust empfunden.

Die Kenntnis des engen psychologischen Zusammenhangs von Lust und Glück (vgl. TUNNER, 1978) ist - wie bereits erwähnt - für ein Verständnis von Glück von grundlegender Bedeutung.

9. Psychisches und körperliches Erleben stehen in direktem Zusammenhang: so ist Psychisches körperlich und Körperliches psychisch.

Glücklich-Sein spiegelt sich nicht nur in der Empfindung von körperlicher Energie und der Intensivierung der physiologischen Reaktionen, sondern ebenso in einer Steigerung des Körpergefühls, d. h. der Sensibilität gegenüber dem eigenen Körper. Dabei kann das starke Bedürfnis bestehen, sich körperlich mitzuteilen - durch Körperkontakt oder durch körperliche Vereinigung.

Ebenso können Gefühle der Auflösung der Körperlichkeit ("Entkörperlichung") und des Heraustretens aus dem eigenen Körper erlebt werden. Diese Gefühle der "Entkörperlichung" werden besonders im Zusammenhang mit ekstatischen Formen des Erlebens empfunden.

In dieser Kategorie zeigen sich darüber hinaus Erlebnisinhalte, die Ausdruck der veränderten Beziehung des Individuums zu seinem Körper sind. Sie sind durch das Erleben von Nähe gekennzeichnet ("mich zu Hause fühlen, in meinem Körper"; "eins sein, mit meinem Körper"). Die Unmittelbarkeit und Eindringlichkeit der eigenen Körperreaktionen sowie ihre subjektive Wahrnehmung und Deutung

ist im Erleben von Glück von elementarer Bedeutung - die Vielzahl der Beschreibungseinheiten zu diesem Erlebnis- aspekt zeugt davon.

10. Die Inhalte der übrigen drei Erlebnisdimensionen

- 'ÜBERSCHWANG KÖRPERLICHER ERREGUNG' (3)
- 'RUHE UND ENTSPANNUNG' (4)
- 'PRODUKTIVES DENKEN UND HANDELN' (11)

sind nahezu deckungsgleich mit den MEADOWSSchen Faktoren zur Darstellung der Phänomenologie von Freude. Die beiden ersten umfassenden Erlebnisaspekte entsprechen weitgehend den allgemeinen Gefühlsdimensionen (vgl. Kap. 6.2.2.1.). 'PRODUKTIVES DENKEN UND HANDELN' schildert auch hier die Fähigkeit, Vorgänge neu zu sehen und zu verstehen, die Steigerung der Fähigkeit, effektiv und lustvoll Aufgaben zu erledigen und das Bedürfnis des Menschen, sich selbst zu entwickeln, zu verwirklichen.

8.1.6. KRITISCHE BETRACHTUNG DER VORGEHENSWEISE

Bei den Erlebnisbeschreibungen handelt es sich um semantisches Material, das über die Isolierung von Beschreibungseinheiten und ihre anschließende Zusammenfassung in Kategorien in seinen inhaltlichen Aspekten erfaßt werden sollte. Die schwer überschaubaren sprachlichen Inhalte sollten geordnet und damit der Analyse zugänglich gemacht werden.

Sprache ist jedoch ein sehr individuelles Medium des Ausdrucks von Gefühl, dies zeigt sich besonders in der Dichtung. Bei der Transformation der Erlebnisbeschreibungen in semantische Beschreibungseinheiten geht unvermeidlich Information verloren. Auch differenziert ausgearbeitete Regeln können - bei der Reichhaltigkeit und Komplexität der Sprache - nicht alle auftretenden Formulierungen in ihrer Einzigartigkeit und in ihren individuell-assoziativen Bezügen erfassen.

Es können zudem nur Punkte in einem bewegten Geschehen fixiert werden, komplexe Verbindungen werden im Interesse der Isolierung von allgemeinen Erlebnisaspekten aufgelöst. Dies kann zu inhaltlichen Verzerrungen führen, da der Zusammenhang einzelner Textelemente die Gesamtaussage einer Erlebnisbeschreibung entscheidend bestimmen kann. Da jedoch eine große Anzahl von Texten in weiten Bereichen als Aufzählung von Einzelaspekten anzusehen ist, erscheint dieser Einwand nur teilweise gerechtfertigt.

Kategorien sind als Bestandteile eines analytischen Schemas anzusehen, sie sollten sich daher wechselseitig ausschließen. Die erste Zusammenfassung der Information in Kategorien erfolgte über die Gruppierung von sinnverwandten Inhalten. Dabei ist die Frage, was als gleichbedeutende bzw. sinnverwandte Beschreibung zu bewerten ist, auch mit Verwendung von Synonymwörterbüchern nicht eindeutig zu lösen. Es liegt hier ein subjektiver Ermessensspielraum vor, so daß sich - ebenso wie bei den Regeln zur Transformation der Texte - eine unterschiedliche Auslegung von mehreren Beurteilern nicht ausschließen läßt. Dies, obwohl durch die relativ präzise formulierten Regeln eine weitgehend automatische Zuordnung gewährleistet zu sein scheint.

Das Problem des Interpretationsspielraumes bei der Anwendung der Regeln verliert jedoch im Zusammenhang mit den ausgeprägten Ähnlichkeiten in der sprachlichen Fassung der Inhalte an Bedeutung.

Kategorien sollten so konzipiert werden, daß der Inhalt der zu untersuchenden Texte erschöpfend erfaßt werden kann, also möglichst alle vorkommenden sprachlichen Ausdrucksformen berücksichtigt werden können. Es stellte sich die Frage, wie eng bzw. wie weit die Kategorien gefaßt werden müssen, damit diese Zielvorstellung annähernd erfüllt werden kann.

Mit sehr eng gefaßten Kategorien wird zwar eine größtmögliche Erhaltung der Fülle der Aussagen erreicht, ihre große Anzahl gefährdet jedoch die Übersichtlichkeit: eine Reduktion

der Information ist dann nur in relativ geringem Ausmaß möglich. Bei der Formulierung relativ weitgefaßter Kategorien - wie in unserem Fall - wird zwar größere Übersichtlichkeit möglich, die Gefahr des Informationsverlustes ist jedoch erhöht.

Das Problem der Bezeichnung der Kategorien (1. Zusammenfassung) kann nicht befriedigend gelöst werden. Sowohl bei der Wahl der am häufigsten auftretenden Beschreibung als Benennung als auch bei der Wahl der die Inhalte am umfassendsten kennzeichnenden Beschreibung ist der Verlust an Information unvermeidlich.

Zwar werden die Häufigkeiten spezifischer, in den Beschreibungen vorgefundener Textelemente innerhalb der Kategorien festgestellt, diese Häufigkeiten haben jedoch nur eine eingeschränkte Bedeutsamkeit.

Obwohl in unserer Stichprobe die allgemeine sprachliche Differenzierungsfähigkeit der Probanden relativ gut ist, muß dennoch davon ausgegangen werden, daß die Wahrnehmungsfähigkeit und Verbalisierungsfähigkeit in bezug auf die eigenen Gefühle unterschiedlich ausgeprägt ist. Dies wird u. a. in den stark variierenden Textlängen deutlich. Der Mangel an sprachlicher Ausdrucksfähigkeit darf nicht auf einen Mangel an Gefühl bezogen werden. In diesem Sinne geben die Häufigkeiten bestimmter Aussagen zwar Hinweise auf ihre Bedeutsamkeiten, garantieren diese jedoch keineswegs.

Andererseits ist davon auszugehen, daß in dem Maße Begriffe gebildet werden, wie es Erleben gibt, das ins begrifflich Faßbare drängt.

Dieser enge Zusammenhang von Emotionalem und Begrifflichem wird u. a. von W. ARNOLD (1957), EHRENSTEIN (1965), FISCHEL (1962) und HAENSEL (1946) betont.

In der zweiten Zusammenfassung der Information wurden für die kategoriale Einordnung von Textelementen die von MEADOWS theoretisch abgeleiteten und empirisch überprüften Erlebnisdimensionen von Freude ("Joy") verwendet. Diese Dimensionen

sind inhaltlich klar definiert, eine Zuordnung ist zunächst relativ einfach durchzuführen.

Der große Anteil an Information, der darüber hinaus in den Erlebnisbeschreibungen festgestellt werden konnte, wurde subjektiv als spezifischen Kategorien inhaltlich zugehörig beurteilt oder auch in neuen Kategorien als inhaltlich verwandt zusammengefaßt. Hier liegt ein subjektiver Ermessensspielraum vor, der die Reliabilität der Ergebnisse beeinträchtigt.

Dieses Vorgehen ist nur im Hinblick auf die folgende zweite empirische Untersuchung zu rechtfertigen, deren faktorenanalytische Auswertung eine zuverlässigere Gruppierung der Erlebnisinhalte möglich macht.

Der Schwerpunkt dieser Untersuchung lag zunächst in einer verlässlichen Beschreibung und übersichtlichen Gruppierung der semantisch identifizierbaren Aspekte des Erlebens von Glück, wobei die Zuordnungen zu einzelnen Kategorien nicht gänzlich, wie bei Klassenbegriffen nach dem Entweder-Oder-Prinzip erfolgte.

Zu den Einwänden, die sich im Hinblick auf die Vorgehensweise bei der Analyse der Texte ergeben, kommen diejenigen Bedenken hinzu, die sich auf die Problematik des Zusammenhangs von Gefühl und Sprache ganz allgemein beziehen. Begriffe sind konventionelle Symbole. Die Erfahrung zeigt, daß die Umgangssprache nicht Worte genug hat, um den Reichtum an Gefühlserlebnissen zu benennen. Sie vermag oft nicht, die in den einzelnen Gefühlserlebnissen gegebenen Nuancen zu fassen.

In unseren Darstellungen äußert sich dies darin, daß zur Beschreibung der Erlebnisse häufig Bilder oder Vergleiche verwendet werden (z. B. "wie ein Sonnenball", "leicht, wie eine Feder", "ein Rad sein, in dem großen Getriebe", "die ganze Welt umarmen"). Auf die dadurch entstehenden Grenzen einer phänomenologischen Charakterisierung hat LERSCH (1970) als in diesem Bereich erfahrener Psychologe hingewiesen. Er folgert jedoch: "Es bleibt dann nichts anderes übrig, als an die Evidenz des Erlebens zu appellieren in derselben Weise, wie uns ja auch der Unterschied zwischen gelb und orange aus dem

Erleben unmittelbar einsichtig ist, ohne daß wir diesen Unterschied zu umschreiben imstande wären" (S. 230).

Durch die hier angedeutete Problematik des Zusammenhangs von Gefühl und Sprache ist anzunehmen, daß Ähnlichkeiten in den Beschreibungen des Erlebens von Glück z. T. dadurch bedingt sind, daß unsere Sprache nicht genügend differenzierende Darstellungsmöglichkeiten für die Kennzeichnung von subjektiv unterscheidbaren Gefühlsqualitäten besitzt.

8.2. FAKTORENANALYSE

8.2.1. ENTWURF DER BEFINDLICHKEITSSKALA

Der inhaltliche Entwurf der Skala ist in den in Kapitel 8.1.4. herausgearbeiteten Erlebnisaspekten der analysierten Gefühlsbeschreibungen gegeben: die Untersuchungsbereiche entsprechen den Kategorien der Inhaltsanalyse. Dabei bildeten die Erlebnisaspekte der ersten, nach semantischen Gesichtspunkten durchgeführten Zusammenfassung der Beschreibungseinheiten in Kategorien den unmittelbaren Bezugspunkt für die Operationalisierung des Untersuchungsgegenstandes.

Die sprachliche Fassung dieser Inhalte in Fragebogenitems war außerordentlich problematisch und verlangte viel Einfühlung. Kleinste Veränderungen in den knapp formulierten Statements bewirkten oft inhaltlich völlig andere Aussagen.

Die Erlebniskategorien der Inhaltsanalyse waren - bei unabänderlicher Informationsreduktion, die eine Umformulierung der Inhalte in Fragebogenitems mit sich bringt - mit 82 Items weitgehend abgedeckt.

Erlebnisaspekte, die negative Gefühle im Zusammenhang mit Glück betreffen, wurden nicht berücksichtigt. Es ist hier zunächst nur festzuhalten, daß Aussagen über Glücklich-Sein als einem Zustand, der von keinerlei negativen Gefühlen beeinträchtigt wird, Beobachtungen gegenüberstehen, in denen Glücklich-Sein durchaus mit Gefühlen von Angst, Trauer, Weh-

mut, Skepsis, Schwere und Sättigung einhergeht (vgl. Kap. 8.1.4.). Eine Spezifizierung dieser Aussagen im individuellen Erlebniskontext wäre notwendig, um zu verlässlicheren Fakten zu kommen. Hierfür ist eine gesonderte Untersuchung notwendig, da zu fragen ist, ob diese Art von Glücklich-Sein nicht bereits eine Folgeform nach Überschreitung des Zenits eines Glücksgefühls ist - der kontrollierende Einfluß von negativem "Gefühlswissen", Erfahrungen aus der Vergangenheit des Individuums, in die Zukunft projiziert.

Bei der Formulierung der Items erwies sich die Aussageform als angemessen, da sie von der umgangssprachlichen Verwendung her geläufiger und direkter ansprechend ist als die Frageform und zudem ein prägnanteres Erfassen des Erlebnisbereiches ermöglicht.

Die Items wurden über einen vierteiligen Antwortraster ohne Mittelkategorie beurteilt. Um die inhaltliche Kontinuität in dem Raster zu erreichen, wurde von einer Bezeichnung jeder einzelnen Kategorie abgesehen:

Habe ich
nicht
erlebt

Habe ich
sehr stark
erlebt

0-----1-----2-----3

Zusätzlich zu den Items, die die Gefühlserlebnisse kennzeichnen, wurden folgende Daten erhoben:

1. Alter
2. Geschlecht
3. Studienfach (Schlüssel)
 - Psychologie (Hauptfach)
 - Psychologie (Nebenfach)

- Mit Psychologie "verwandte" Fächer

- Kommunikationswissenschaften

- Soziologie - Theologie

- Ethnologie - Pädagogik

- Philosophie - Kybernetik

- "nicht-verwandte" Studienfächer

- BWL - Biologie

- Polit. Wiss. - Jura

- Mathematik

4. Daten zur subjektiven Einschätzung der Erinnerungs- bzw. Vorstellungsfähigkeit, bezogen auf das spezifische Glückserlebnis.

5. Angaben zur Situation.

8.2.2. HYPOTHESEN

Es wird hier bewußt vermieden, Hypothesen über mögliche Faktoren aufzustellen. Es ist nicht zu erwarten, daß sich ein Faktor oder sogar mehrere entsprechend unserer inhaltlichen Untergliederung ergeben würden. Dennoch ist zu vermuten, daß - ebenso wie in den verschiedensten Gruppierungen der Inhaltsanalyse - auch in den Faktoren der Gesichtspunkt der veränderten Beziehung des Menschen zu sich selbst, zu anderen und zu den Dingen zum Tragen kommt: subjektiv erlebt als Sich-Öffnen, als Nähe zu sich selbst und der Außenwelt und ebenso als Ausweitung und Befreiung von der individuellen Begrenztheit.

8.2.3. UNTERSUCHUNGSGRUPPE

Für die Untersuchungsgruppe wurden im wesentlichen dieselben Kriterien festgelegt wie für die in der vorausgehenden empirischen Untersuchung gekennzeichnete Stichprobe (vgl. Kap. 8.1.2.2.). Im Hinblick auf die große Anzahl der Fragebogenitems wurde diese Stichprobe jedoch erheblich vergrößert.

Befragt wurden 293 Studenten und Lehrer der Universität München. Über die Auswertung der Kontrollfrage zur subjektiven Einschätzung der Erinnerungs- bzw. Vorstellungsfähigkeit (Zusatzerhebung, Frage Nr. 2) wurden 33 Personen von der Datenanalyse ausgeschlossen. Das entsprechende Kontrollitem lautete: "Ich habe mir die Gefühle, Gedanken und Handlungen meines Glückserlebnisses gut vergegenwärtigen können", es wurde über den vierteiligen Antwortraster

(stimmt nicht) 0----1----2----3 (stimmt)

beantwortet. Drei von 293 Personen wählten Kategorie 0, 30 von 293 Personen Kategorie 1. Um Fehlerquellen zu vermeiden, die mit mangelhaftem Erinnerungs- bzw. Vorstellungsvermögen zusammenhängen, wurden nur diejenigen Personen in die Datenanalyse einbezogen, die mit Kategorie 2 und 3 geantwortet hatten. Es verblieben also für die statistische Auswertung 260 Personen. Davon sind 91 Männer (35 %) und 169 (65 %) Frauen. Das durchschnittliche Alter der Befragten liegt bei 25 Jahren ($\bar{x} = 25.09$) mit einer Standardabweichung von $s = 5.89$.

Aus der folgenden Aufstellung geht die prozentuale Verteilung der Studienfächer hervor. ¹⁾

- Psychologie (Hauptfach)	67.3 %
- Psychologie (Nebenfach)	4.6 %
- Mit Psychologie "verwandte" Fächer	21.9 %
- Mit Psychologie "nicht-verwandte" Studienfächer	5.8 %
- ohne Angaben	.4 %

1) Der in Kap. 8.2.1. aufgeführte Schlüssel gibt im einzelnen Auskunft über die Art der Zusammenfassung der Studienfächer in Gruppen.

8.2.4. VORGEHEN BEI DER DATENERHEBUNG

Den Datenerhebungen ging auch hier jeweils ein erstes Gespräch mit dem Leiter der betreffenden Lehrveranstaltung und ein Gespräch mit den Studenten zur Kontaktaufnahme und Darlegung der Zielsetzung der Untersuchung voraus. Die Befragung war zumeist in den Zeitplan der Lehrveranstaltungen integriert, fand also am Anfang oder im letzten Teil von zweistündigen Seminaren bzw. Vorlesungen statt. Teilweise schlossen sich Diskussionen zum Thema "Glück" an.

Die Durchführung der Untersuchung dauerte (hier ebenfalls mit kurzer Entspannungsinstruktion, Zurückversetzen in das Glückserlebnis und Beurteilen der Fragebogenaussagen) durchschnittlich 30 - 40 Minuten. Die Mitarbeit der Studenten war gut.

8.2.5. ERGEBNISSE

8.2.5.1. MATHEMATISCHE GEWINNUNG DER FAKTOREN

Die Berechnungen liefen über das im SPSS (NIE, HULL, JENKINS, STEINBRENNER & BENT, 1975) vorliegende Programm PA 1 (Hauptachsenfaktorenanalyse). Dabei ist die Anzahl der Faktoren nach dem Guttman-Kaiser-Kriterium festgelegt: in die Näherungsberechnung werden nur Eigenwerte größer als Eins aufgenommen. Die Achsenrotation erfolgt nach dem Varimax-Verfahren (orthogonale Rotation, die die Spalten der Faktormatrix vereinfacht).

Der in dieser Untersuchung erhobene Datensatz wurde sowohl in unreduzierter Form (82 Items) als auch in gekürzter Form (66 Items) einer Faktorenanalyse unterzogen. Die bei der zweiten Faktorenanalyse herausgelassenen Items sind in Tabelle 5 aufgeführt. Die Kriterien für die Itemselektion sind in der Anmerkung zu Tabelle 5 aufgeführt. Obwohl eine Beeinflussung der Bewertung der verbleibenden Antworten durch die aus der zweiten Faktorenanalyse ausgelassenen denkbar ist,

kann diese Fehlerquelle als unbedeutend angesehen werden - die Faktoren bleiben, außer einem Wechsel in der Reihenfolge, bei der Reduktion der Anzahl der Items unverändert.

Die Itemschwierigkeiten wurden weitgehend der Normalverteilung angeglichen, aus inhaltlichen Gründen konnte jedoch bei der Faktorenanalyse mit 66 Statements auf eine größere Anzahl von Items mit hohen Mittelwerten nicht verzichtet werden. Die Stabilität der Faktoren in der zweiten Analyse trägt dazu bei, dieses Vorgehen im Nachhinein rechtfertigen zu können. Eine Selektion im unteren Schwierigkeitsbereich brauchte nicht vorgenommen zu werden, es gab kein Item, das eine mittlere Bewertung von 0,7 unterschritt. Dies kann weitgehend als Folge der auf den Ergebnissen der empirischen Voruntersuchung basierenden Konzeption und Formulierung der Items gesehen werden.

Die Eigenwerte und Varianzanteile der aus den 82 (bzw. 66) Items extrahierten Faktoren sind in den Tabellen 3 und 4 aufgeführt.

Der erste Faktor erklärt 11.4 % (13.2 %), der zweite 9.9 % (9.8 %) und der dritte 7 % (8.1 %) der Gesamtvarianz, wohingegen die rechtlichen Faktoren nur noch 4.7 % (5.4 %) und weniger erklären. Zu der durch die Faktoren erfaßten Varianz tragen die ersten vier allein 49 % (55 %) bei. Es darf in diesem Zusammenhang jedoch nicht außer acht gelassen werden, daß "der Prozentsatz der Varianz, den ein spezifischer Faktor erklärt, kein guter Maßstab für seine Signifikanz und nicht unbedingt ein solcher für seine Bedeutung ist." (SCHUBÖ, 1972, S. 54). SCHUBÖ schlägt darum vor, so viel Faktoren wie möglich aus der Korrelationsmatrix zu extrahieren.

Tabelle 7 gibt einen Auszug aus der Faktorenstruktur. Es werden jedoch nur die 12 interpretierten Faktoren berücksichtigt, zudem nur die in den aufgeführten Faktoren hochladenden Items. Aus Tabelle 7 geht hervor, daß die Faktorenstruktur, bis auf wenige Ausnahmen (z. B. Item 11), die

Tabelle 3: EIGENWERTE UND VARIANZANTEILE DER FAKTOREN (82 Items)

Nr.	Eigenwert	Varianzanteil in % (82 Items)	
		bezgl. Gesamtv.	bezgl. erklärter V.
1	9.313	11,4	16,98
2	8.128	9,9	14,75
3	5.756	7,0	10,43
4	3.827	4,7	7,00
5	3.130	3,8	5,66
6	3.024	3,7	5,51
7	2.528	3,1	4,61
8	1.942	2,4	3,57
9	1.779	2,2	3,27
10	1.616	2,0	2,98
11	1.563	1,9	2,83
12	1.502	1,8	2,68
13	1.441	1,8	2,68
14	1.382	1,7	2,53
15	1.257	1,5	2,23
16	1.227	1,5	2,23
17	1.190	1,5	2,23
18	1.170	1,4	2,08
19	1.133	1,4	2,08
20	1.058	1,3	1,93
21	1.030	1,3	1,93
Summe		67,1	100,00

Tabelle 4: EIGENWERTE UND VARIANZANTEILE DER FAKTOREN (66 Items)

Nr.	Eigenwert	Varianzanteil in % (66 Items)	
		bezgl. Gesamtv.	bezgl. erklärter V.
1	8.705	13,2	19,73
2	6.436	9,8	14,64
3	5.347	8,1	12,10
4	3.550	5,4	8,07
5	2.791	4,2	6,27
6	2.689	4,1	6,12
7	2.066	3,1	4,63
8	1.801	2,7	4,03
9	1.501	2,3	3,43
10	1.298	2,0	2,98
11	1.283	1,9	2,84
12	1.207	1,8	2,69
13	1.195	1,8	2,69
14	1.109	1,7	2,54
15	1.081	1,6	2,35
16	1.075	1,6	2,35
17	1.032	1,6	2,35
Summe		66,9	100,00

Tabelle 5: AUFLISTUNG DER ITEMS, DIE IN DER ZWEITEN FAKTOREN-
ANALYSE NICHT BERÜCKSICHTIGT WURDEN

Item
Nr.

- 01 Ich hätte zugleich lachen und weinen können.
- 04 Ich empfand andere (den anderen) als liebenswert.
- 10 Meine Ängste waren wie weggewischt.
- 12 Ich fühlte mich frei.
- 16 Ich sah die Vergangenheit in einem angenehmen Licht.
- 23 Ich hatte ein Gefühl von Leichtigkeit.
- 30 Ich hatte das Gefühl, daß mir nichts passieren kann.
- 36 Ich war stolz auf mich.
- 37 Alltägliche Gegenstände wurden zu etwas Besonderem.
- 41 Das Glücksgefühl erfüllte mich ganz.
- 42 Ich konnte mich akzeptieren.
- 48 Ich fühle mich eins mit meinem Körper.
- 49 Ich hatte das Gefühl, daß die Zeit sehr schnell ver-
ging.
- 67 Ich konnte meinen Gefühlen freien Lauf lassen.
- 77 Ich war hellwach.
- 79 Ich spürte meine Einmaligkeit und Besonderheit.

Anmerkung: Für die Reduktion der Anzahl der Items waren fol-
gende Kriterien verbindlich:

- Items, die in keinem Faktor eine Ladung von .355 zeigen, wurden nicht in die erneute Faktorenanalyse einbezogen.
- Items mit hohem Mittelwert (über 2.35), die in einem Faktor mit einer starken Itembesetzung eine Ladung von .355 und größer zeigten, ihm jedoch inhaltlich nichts Neues hinzufügen.

Tabelle 6: AUFLISTUNG DER ITEMS MIT DEN STÄRKSTEN AUSPRÄGUNGEN

Item Nr.	Text	Mittel- wert (x)
41	Das Glücksgefühl erfüllte mich ganz.	(2.65)
58	Die Gegenwart erfüllte mich ganz.	2.51
12	Ich fühlte mich frei.	(2.49)
04	Ich empfand andere (den anderen) als liebenswert.	(2.47)
59	Ich fühlte mich anderen (dem anderen) nahe.	2.41
65	Das Leben erschien mir sinnvoll.	2.39
21	Ich fühlte mich geborgen.	2.39
77	Ich war hellwach.	(2.37)
42	Ich konnte mich akzeptieren.	(2.37)
20	Ich hatte Vertrauen zu anderen (dem anderen).	2.35
26	Ich fühlte mich anderen (dem anderen) sehr verbunden.	2.32
73	Ich konnte das Leben ganz bejahen.	2.31
19	Ich konnte andere (den anderen) akzeptieren.	2.29
23	Ich hatte ein Gefühl von Leichtigkeit.	(2.20)
61	Ich hatte den Wunsch, diese Gefühle mit an- deren (dem anderen) zu teilen.	2.20
67	Ich konnte meinen Gefühlen freien Lauf lassen.	(2.16)
69	Ich war dankbar, zu leben.	2.11
10	Meine Ängste waren wie weggewischt.	(2.10)
53	Ich hatte ein tiefes Verständnis für andere.	2.02

Anmerkung: Die Items mit den in Klammern gesetzten Mittel-
werten wurden in die Faktorenanalyse mit 66 Items
nicht mit einbezogen.

Tabelle 7: AUSZUG AUS DER FAKTORENSTRUKTUR (82 Items)
DER INTERPRETIERBAREN FAKTOREN

	F 1	F 2	F 3	F 4	F 5	F 6	F 7	F 8	F 9	F 10	F 11	F 12
1	-	-	-.129	-	-.159	-	-	-	-	-	-	-.11
2	.211	-.105	.137	.650	-	.266	-	-	-	.156	-	.10
3	-	.242	.111	-	-.238	<u>.737</u>	-	-	-	-	-	-
4	<u>.706</u>	-	-	.190	-	-	-	-	-	-	-	-
5	<u>.683</u>	-.123	-	-	.100	-	.261	-	-	-	-.116	-
6	-	-	.108	-	.706	-.118	.150	-	-	-	.164	.15
7	-	-	.302	-	-	.103	<u>.746</u>	-	.164	-	-	-
8	<u>.774</u>	.109	-	-	-	-	-	-	.111	-	-	-.10
9	-	-	-	-.149	-	-	-	<u>.887</u>	-	-	-	-
10	-	-	.151	-.228	-	.178	-	.114	-	-	.259	-
11	-.122	.144	.229	-	.264	.185	.383	.203	-.289	-	.230	-
12	-	.144	-	-	.134	.131	.350	-	-.245	.150	.151	.12
13	-	-.217	-	-	.104	-	.119	-	-	<u>.684</u>	-	-
14	-	-	-	.215	.109	-	.543	-	.062	-	-	-
15	-	.194	-	-	.177	<u>.687</u>	.215	-	-	-	-	-
16	-	.119	-	-	-	.135	-	-	-	-	-	-
17	-.124	-	.417	-.144	.102	-	.336	.135	-	-	-	-
18	.122	.355	-	-	-	.151	-.144	-	-	-.229	.326	.19
19	<u>.716</u>	-	-	.106	.130	.133	-	-	-	-	.167	-
20	<u>.768</u>	-	-	-	-	.132	-.152	-.149	-	-	.146	-
21	.421	-	-	.164	.248	-	-	-	-	.115	-	-
22	-.100	-	-	-	-	-	-	-	.116	<u>.650</u>	-	-
23	-	.149	-	-	-	.273	.274	-	-	.114	-	-
24	.147	-	-	.383	.148	-	-.189	-	.205	-	-	-
25	-	-.123	.170	-	.211	-.170	-	-	<u>.646</u>	-	-.100	-
26	<u>.823</u>	-	-	-	-	.106	-	-	-	-	-	-
27	-	-	.353	.421	-	-	.147	-	-	.182	-.107	.19

Fortsetzung Tabelle 7

	F 1	F 2	F 3	F 4	F 5	F 6	F 7	F 8	F 9	F 10	F 11	F 12
28	-	-	.118	.248	-.396	-	.143	-	.489	.152	-	-
29	.405	-	-	<u>.689</u>	-	-	-	-	-	-	-.103	-
30	.119	.129	.139	-	.162	-	-	-	-	.302	.131	-
31	-	<u>.668</u>	-	-.119	-	-	.109	-	-.175	-	-	.137
32	-	<u>.672</u>	-	-	-	-.226	-	-	-	-	-	-
33	.565	.131	.255	-	-	-	-	.146	-	-.255	.116	-
34	-	.595	-.150	.166	-	.166	-	-	-	-	.147	-
35	-	-	.425	-	-	-	<u>.717</u>	.111	-	-	-	-
36	-	.307	-	.121	-.111	.196	-	-	-	-	.199	.445
37	-	.199	.264	.162	.142	.297	.199	.216	.143	-	-	-.134
38	<u>.632</u>	-	-	.229	-	-	-	.183	.106	-.122	.124	.214
39	-	-	-	-	-	-	<u>.859</u>	-	-	-	.105	-
40	.523	-	-	.588	-	-	-.122	-	.110	-	-	-
41	-	-	-	-	-	-	.276	-	.142	-	.427	-
42	-	-	-	-	.148	-.109	-	.108	-	-	.182	<u>.698</u>
43	-	-	.101	.120	-	-	.152	-	.489	.441	-.133	-
44	-	.324	-	.341	-.372	-	-	.101	.182	-.178	-	-
45	-	<u>.757</u>	-	-	-	.267	-	-	-	-	-	-
46	-.127	-	-.123	-	-	-.104	.174	-	<u>.641</u>	.153	-	-
47	.134	.126	.147	.162	.152	-	-.109	.100	.307	-	-	-
48	-	-	.354	.260	.215	-	-	-	-	.221	-	.513
49	-	-	-	.232	-.134	.107	-	-	.118	-	-	-
50	.131	-	.164	.141	<u>.673</u>	-	-	-	-	.172	-	-
51	-.449	.100	.174	-.128	.347	-	-	-	.282	-	-	-
52	-	.316	-	-	.274	.133	-	-	-	-	.116	.565
53	<u>.777</u>	.149	-	-	-	.133	-	-	-	-	-	-
54	<u>.672</u>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-.120	-
55	-.476	-	.258	-.114	.254	-	-	.260	-	-	.190	.108
56	-	.272	.356	-.114	.304	.258	.246	.222	-	-	-	.115

THURSTONEschen Kriterien der Einfachstruktur recht gut erfüllt. Es sind zwar nicht alle Bedingungen im einzelnen erfüllt, wir können jedoch darauf vertrauen, daß das Faktorenmuster der Matrix einer Einfachstruktur im Sinne von THURSTONE sehr nahe kommt.

Von den extrahierten Faktoren waren zwölf der Interpretation zugänglich. Die inhaltliche Deutung der Faktoren gelang ohne Schwierigkeiten, da die zu einem spezifischen Faktor gehörigen Leitvariablen zumeist nicht nur hoch korrelierten (z. B. Faktor 1 im Bereich von etwa 0.3 bis 0.7), sondern sich auch inhaltlich gut in die begriffliche Interpretation der Faktoren einordnen ließen.

In der Interpretation der Faktoren werden die Ergebnisse der Faktorenanalyse mit 82 Items zugrunde gelegt, da sie detailliertere Information zu den einzelnen Dimensionen des Erlebens von Glück enthält. Wie aus den Leitvariablen (Tab. 8 bis 19) hervorgeht, sind die geringen Veränderungen in den Faktoren bei der Analyse von 66 Items als ungewichtig anzusehen. Diejenigen Erlebnisdimensionen, die bereits als Kategorien der Inhaltsanalyse erfaßt und begrifflich erklärt worden sind, werden in diesem Zusammenhang nur kurz interpretiert.

8.2.5.2. BEGRIFFLICHE INTERPRETATION DER FAKTOREN

8.2.5.2.1. Faktor 1: Qualität der menschlichen Beziehungen

Die Leitvariablen, die zu diesem Faktor gehören, bilden ausschließlich diejenigen Erlebnisinhalte ab, die wir in der Inhaltsanalyse in der ersten Kategorie (2. Zusammenfassung) gruppiert haben.

Die Inhalte des Erlebens von Faktor 1 charakterisieren die Qualität der menschlichen Beziehungen im Glücklich-Sein. Gehen wir davon aus, daß sich menschliche Begegnungen zwischen den Polen der Einsamkeit und der Geselligkeit, der Verslossenheit und der Offenheit für andere bewegen, so

Tabelle 8: Leitvariablen von Faktor 1

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
59	Ich fühlte mich anderen (dem anderen) nahe.	.850	.836
26	Ich fühlte mich anderen (dem anderen) sehr verbunden.	.823	.804
53	Ich hatte ein tiefes Verständnis für andere (den anderen).	.777	.784
08	Ich konnte mit anderen (dem anderen) mitfühlen.	.774	.764
20	Ich hatte Vertrauen zu anderen (dem anderen).	.768	.762
19	Ich konnte andere (den anderen) akzeptieren.	.761	.713
04	Ich empfand andere (den anderen) als liebenswert.	.706	-
05	Ich hatte das Gefühl, mit ande- ren) eins zu sein.	.683	.690
38	Ich war erfüllt von dem Gefühl, geliebt zu werden.	.632	.647
54	Ich fühlte mich verstanden.	.672	.668
33	Ich hatte das Gefühl, gebraucht zu werden.	.565	.589
72	Ich war erfüllt von überströmen- der Liebe.	.483	.505
82	Ich war gegenüber anderen sehr nachsichtig.	.427	.459
61	Ich hatte den Wunsch, diese Gefühle mit anderen (dem anderen) zu teilen.	.413	-
Negative Ladungen:			
51	Ich war ganz auf mich bezogen	-.449	-.450

läßt sich die spezifische Art der menschlichen Beziehungen
im Glücklichen-Sein durch das Erleben von in sich abgestuften,
jedoch stark ausgeprägten Gefühlen der Nähe begreifen:
Distanz schwindet, zwischenmenschliche Barrieren lösen sich

auf - bis hin zur Bindung an andere. Das Erlebnis menschlicher Nähe wird inhaltlich in den beiden in diesem Faktor am höchsten ladenden Leitvariablen

- Ich fühlte mich anderen (dem anderen) nahe. (.850)
 - Ich fühlte mich anderen (dem anderen) sehr verbunden. (.823)
- sehr gewichtig ausgedrückt. Die Korrelation zwischen den beiden Items ist zudem hoch (.727).

Über diese generelle Kennzeichnung der Beziehung zu anderen hinaus geben die weiteren Leitvariablen des Faktors genauere Information darüber, welche Erlebnisaspekte im einzelnen im Zusammenhang mit dem Gefühl von Nähe und Verbundenheit mit anderen Menschen stehen. Die höchste Korrelation (.667) mit Variable Nr. 59 (Nähe) zeigt weiterhin Variable Nr. 20: "Ich hatte Vertrauen zu anderen (dem anderen)."

Vertrauen erscheint als die im Glücklich-Sein emotional vorherrschende Grundstruktur, sie steht inhaltlich im Zusammenhang mit Gefühlen der Sicherheit, dem Fehlen von Gefahr und Bedrohung: von hier aus öffnen wir uns, lassen uns ein, liefern uns aus.

Sich-Öffnen - als das Gegenteil von "sich entziehen", "sich verweigern" - bedeutet zunächst die Bereitschaft, andere zu "verstehen" (Item 53), mit ihnen "mitzufühlen" (Item 8) und schließt "Toleranz" (Item Nr. 19 und 82) für individuelle Verschiedenheiten und damit das Aufgeben von Bewertungen in sich ein. In einer ganzheitlichen Gefühlsaufgeschlossenheit und der Bereitschaft, andere anzunehmen, lösen sich Klassifizierungen und zumeist unvereinbare Gegensätzlichkeiten auf.

Das Gefühl der Nähe zu anderen, verstärkt noch von Verbundensein, als dem Gegenteil des Erlebens von Fremdheit, Distanz und Isolation beinhaltet gleichzeitig die Überwindung von Getrenntsein: (Item 5) "Ich hatte das Gefühl, mit anderen (dem anderen) eins zu sein."

Diese Aufhebung des Gefühls der Trennung geschieht am mächtigsten in der Vereinigung mit anderen in Liebe: (Item 72) "Ich war erfüllt von überströmender Liebe" - (Item 38) "Ich war erfüllt von dem Gefühl, geliebt zu werden". So äußert

FROMM (1979) in seiner Abhandlung zum Phänomen "Liebe":

"Die Liebe des Menschen ist eine aktive Kraft, die die Mauern durchbricht, durch die der Mensch von seinen Mitmenschen getrennt ist, und die ihn mit den anderen vereint. Die Liebe läßt ihn das Gefühl von Isolation und Getrenntsein überwinden, erlaubt ihm aber, sich selbst treu zu bleiben und seine Integrität, sein So-Sein zu bewahren. In der Liebe ereignet sich das Paradox, daß zwei Wesen eins werden und doch zwei bleiben" (S. 38/40). Lieben heißt Liebe geben und Liebe annehmen können. Diese Symmetrie von Geben und Empfangen wird ebenfalls in den Items "Ich hatte ein tiefes Verständnis für andere (den anderen)" (Nr. 53) und "Ich fühlte mich verstanden" (Nr. 54) hergestellt.

Item Nr. 51 "Ich war ganz auf mich bezogen" lädt negativ auf dem Faktor (.449) und korreliert mit allen anderen Leitvariablen ebenfalls negativ (durchschnittlich $r = -.3$). Die dahinter stehenden Aussagen sind also als logisch konsistent anzusehen. Da zudem die Absolutbeträge der Interkorrelationen der Items zwischen $r = .3$ und $r = .7$ liegen, ist auf einen relativ großen linearen Zusammenhang der Leitvariablen dieses Faktors zu schließen.

8.2.5.2.2. Faktor 2: Schöpferische Kraft

Die Aussagen von Faktor 2 kennzeichnen Glücklich-Sein als einen Zustand, in dem sich eine als lustvoll empfundene Steigerung der Fähigkeit zu qualitativ neuartigen Erkenntnissen ereignet, die meist in engem Zusammenhang mit daraus resultierendem, umsetzendem Handeln, tätiger Bewährung gesehen wird. Die Leitvariablen dieses Faktors sind in Tabelle 9 zusammengestellt.

Tabelle 9: Leitvariablen von Faktor 2

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
45	Ich war voller Ideen.	.757	.626
57	Ich spürte einen großen Tatendrang.	.747	.520
32	Ich fand Lösungen für Probleme.	.672	.856
31	Ich war entscheidungsfreudig.	.668	.707
63	Ich war energiegeladen.	.616	(.145)
34	Ich hatte große Lust, etwas Neues zu beginnen.	.595	.378
70	Ich sah neue Zusammenhänge.	.480	.564
80	Ich konnte meinen Gedanken freien Lauf lassen.	.372	.529
18	Ich war voll Vorfreude auf die Zukunft.	.355	.388

In den beiden Items mit den größten Ladungsbeträgen "Ich war voller Ideen" (.757) und "Ich spürte einen großen Tatendrang" (.747) werden die beiden oben genannten Aspekte generell gekennzeichnet. Die hohe Korrelation (.630) zwischen ihnen verdeutlicht zudem die offenbar mühelose Verknüpfung von Idee und Tatwille, eine gewisse Einheit von Denken und Handeln im Glücklich-Sein. Über diese allgemeine Kennzeichnung hinaus erfassen fünf der weiteren Leitvariablen Erlebnisinhalte, die diese schöpferische Haltung im einzelnen umschreiben.

Es ist die Fähigkeit, mühelos bekannte, eingefahrene Gedankengänge verlassen zu können, "den Gedanken freien Lauf zu lassen" (Item 80) und neue Sinnzusammenhänge zu sehen (Item 70).

Dies kennzeichnet also nicht die Fähigkeit, aus Gewohntem und Bekanntem Schlußfolgerungen zu ziehen, sondern eine innere Dynamik des Fragens und Suchens im Sinne von unverstellter Neugier, eine in sich produktive Leistung, in der sich ein größerer Reichtum an gedanklichen Beziehungen, eine neue Sinnfülle auftut.

Sowohl Item 45 "Ich war voller Ideen" als auch Item Nr. 57 "Ich spürte einen großen Tatendrang" korrelieren hoch mit der Aussage "Ich war energiegeladen" (.487 und .585). Dies wird im kraftvollen Überwinden von Hindernissen deutlich, im Lösen von Problemen (Item 32) und Treffen von Entscheidungen (Item 31) im Bewußtsein des Möglichen.

Schöpferische Haltung öffnet Zukunft durch die Entdeckung des Möglichen: (Item Nr. 18) "Ich war voll Vorfriede auf die Zukunft". Schöpferische Haltung ist jedoch zunächst nicht zweck- und zukunftsorientiert, sondern gegenwärtig lustbetont und damit sinnvoll in sich selbst im Erreichen von Einheit und Harmonie.

Die Aussagen von Faktor 2 sind in sich logisch konsistent. Auch in den Interkorrelationen der Leitvariablen treten keine Inkonsistenzen auf. Die Korrelationen sind zudem hoch, sie variieren zwischen $r = 0.3$ und $r = 0.6$.

8.2.5.2.3. Faktor 3: Öffnung der Sinne, Lust in den unmittelbaren Empfindungen sinnlicher Wahrnehmung

Die Aussagen der Leitvariablen von Faktor 3 charakterisieren Öffnung, Intensivierung und Verfeinerung der Wahrnehmung für sonst Unbedeutendes und Flüchtliges - erlebt in erhöhter Wahrheit, großer Empfindlichkeit und Leistungsfähigkeit der Sinne und der daraus resultierenden allgemeinen Steigerung der Sinneseindrücke. Sie kennzeichnen also (im Gegensatz zur einengenden und hemmenden Wirkung von Angst) die "aufschließende Kraft" von Glücklich-Sein im lustvoll-unmittelbaren Sinneserlebnis über die BOLLNOW (1956) sagt: "Erst aus dieser Haltung ergibt sich das von der eigenen Befangenheit befreite Anschauen, das offen für die Schönheiten der Welt ist und befreit, jedes Ding von seiner eigenen Mitte her und in seinem eigenen Wesen aufzufassen." (S. 95).

Tabelle 10: Leitvariablen von Faktor 3

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
81	Ich wurde mir der Gerüche um mich herum bewußt.	.785	.772
62	Ich wurde mir der verschieden- en Geräusche um mich herum bewußt.	.747	.789
68	Die Farben wirkten sehr leuchtend.	.708	.712
64	Ich atmete sehr bewußt.	.614	.592
35	Ich hatte das Gefühl, mit der Landschaft (dem Wind, der Musik usw.) eins zu sein.	.425	.474
17	Ich nahm eine ungewöhnliche räumliche Weite wahr.	.417	.416
56	Die Welt erschien mir uner- meßlich vielfältig.	.356	(.343)

Die drei Variablen mit den höchsten Ladungen erfassen die Öffnung der Sinne im lustvoll-unmittelbaren Erlebnis des Riechens - "Ich wurde mir der Gerüche um mich herum bewußt" (.785), des Hörens - "Ich wurde mir der verschiedensten Geräusche um mich herum bewußt" (.747) und des Sehens - "Die Farben wirkten sehr leuchtend" (.708). Die aufgeführten Items korrelieren hoch miteinander (von $r = 4.73$ bis $r = 5.98$).

Die erhöhte Wachheit, die Erregung in der Direktheit sinnlicher Eindrücke kommt in der bewußten Wahrnehmung der Atmung zum Ausdruck (Item Nr. 64).

Der Vorgang der subjektiven Auflösung objektiver Distanzen, der Aufhebung der Trennung zwischen Innen und Außen wird in Item 35 deutlich: "Ich hatte das Gefühl, mit der Landschaft (dem Wind, der Musik usw.) eins zu sein". In der Unmittelbarkeit der sinnlichen Wahrnehmung erspüren wir die Natur von Klängen, Gerüchen, Farben und Formen als wesenshafte Verwandtschaft, unser organisches Eingebundensein in alles.

Wie ich mich einem Gegenstand zuwende, wie ich ihn wahrnehme, ist durch die Gefühlslage bedingt, in der ich mich befinde. Gefühle werden nicht nur in uns selbst erlebt, sondern ebenso in der wahrgenommenen Welt außerhalb von uns. Das Gegenständliche ist also im Erleben des Individuums gestaltet, d. h. von Emotionalem erfüllt: "Die in den Objekten uns entgegnetretenden Gefühlsinhalte entsprechen dem, was wir in uns selbst erleben." (ANSCHÜTZ, 1953, S. 310).

In diesem Sinne ist - im Gegensatz zum nüchtern-intellektuellen Hinsehen - besonders in intensiven Gefühlserlebnissen die Trennung zwischen innen und außen, zwischen Subjekt und Objekt aufgehoben: in der subjektiven Wahrnehmung entsteht das Erlebnis der Unmittelbarkeit, der nahtlosen Verbundenheit mit der Außenwelt. TUNNER (1979) hat diesen Vorgang der subjektiven Auflösung objektiver Distanzen eingehend beschrieben. Er ist mit dem Gefühl des Glücks eng verbunden.

8.2.5.2.4. Faktor 4: Erotik

Mit einer Ausnahme (Item Nr. 28) beinhalten alle Leitvariablen von Faktor 4 das Erleben von intensiven körperlichen Empfindungen, nicht nur gesehen als Ausdruck der Ausbreitung starker Erregungen ins Körperliche, sondern auch als Ausdruck der Untrennbarkeit, der Einheit von psychischem Erleben und Körpererleben: Psychisches ist körperlich, so wie Körperliches psychisch ist.

Der Übergang heftiger Erregungen ins Erotische als elementarer, von Sinneslust getragener Ausdruck menschlicher Kommunikation wird in Item 29 "Ich sehnte mich nach körperlicher Vereinigung" deutlich. Die Leitvariablen des Faktors sind in Tabelle 11 zusammengestellt.

Im folgenden wird versucht, die einzelnen Variablen und ihren Zusammenhang untereinander über ihre Ladungen in den

Tabelle 11: Leitvariablen von Faktor 4

Item Nr.	Text	Ladung 82 Items	Ladung 66 Items
74	Ich spürte einen starken Drang, meine Gefühle körperlich auszudrücken.	.744	.768
29	Ich sehnte mich nach körperlicher Vereinigung.	.689	.712
02	Meine Haut war sehr empfindsam.	.650	.657
40	Ich hatte ein großes Bedürfnis nach körperlicher Berührung.	.588	.593
78	Ich fühlte alles mit jeder Faser meines Körpers.	.444	.486
24	Ich hatte ein Gefühl von Wärme in der Bauchgegend.	.383	(.299)
Negative Ladungen:			
28	Ich fühlte mich wie in einem Traum.	-.396	(-.003)

In der Faktorenanalyse der gekürzten Fragebogenform (66 Items) zeigen zudem zwei weitere Items hohe Ladungen in diesem Faktor:

75	Ich hatte keinerlei Hemmungen.	.507
27	Ich hatte das Gefühl, daß meine Bewegungen sehr harmonisch waren.	.469

Faktoren und ihre Interkorrelationen begrifflich zu interpretieren:

Es wird eine ausgeprägte Wachheit (Item 28) und eine Intensivierung der physiologischen Reaktionen erlebt (Item 2 und 24), gleichzeitig eine erhebliche Steigerung der körperlichen Empfindlichkeit und Feinfühligkeit: "Ich fühlte alles mit jeder Faser meines Körpers", die auch hier als Zeichen einer Öffnung, einer Vergrößerung der Aufnahmebereitschaft

für Außenreize gesehen wird. Die Korrelation zwischen Item 78 und Item 2 ist relativ hoch, $r = .459$.

Inhaltlich ist damit gekoppelt das starke Bedürfnis, das Empfundene körperlich zu äußern (nach "außen" fließen zu lassen, leiblich auszuagieren): "Ich hatte einen starken Drang, meine Gefühle körperlich auszudrücken". Dieses Item zeigt die höchste Ladung (.744) in dem Faktor.

Sowohl körperliche Empfindungsbereitschaft als auch ihre "Umkehrung", spontanes körperliches Ausdrucksbedürfnis sind Zeichen einer Wechselseitigkeit, einer Resonanz in der Beziehung zur Außenwelt.

Nahtstelle des Körpers zur Außenwelt ist die Haut. Sie ist - im taktilen Bereich - die "Kontaktstelle" für Innen und Außen. Sie enthält verschiedene Rezeptorensysteme, die u. a. dem Druck- oder Berührungssinn und dem Temperatursinn entsprechen. Heftige positive Gefühlsregungen stehen in engem Zusammenhang mit der Ausdehnung der peripheren Blutgefäße, die subjektiv als "Wärme des Gefühls" erlebt wird. Die erhöhte Empfindsamkeit der Haut (Item 2) und im erweiterten Bezug das große Bedürfnis nach körperlicher Berührung (Item 40) sind Ausdruck des Wunsches nach körperlichem Kontakt, hautnahe Sinneserlebnis.

Die Wahrnehmung einer expansiven Bewegung im Körper, subjektiv erlebt als ein Sich-Öffnen, "Ausdehnen", Kontakt herstellen, zielt auf körperliche Vereinigung (Item 29) als elementarster Form menschlicher Begegnung, Berührung und damit der Aufhebung von Trennung: "Die aus intensiver Sinneserregung heraus gewonnene Erfahrung, objektiv gegebene Trennungen subjektiv zu überwinden und das Erlebnis der Einheit herbeizuführen, ist für den Übergang zur Erotik wesentlich. Ihr Ziel ist die Vereinigung des Getrennten." (TUNNER, 1980, S. 214).

Die Interkorrelation der im folgenden aufgeführten Leitvariablen mit Item 29 zeigt eindrucksvoll den dargestell-

ten Zusammenhang:

Item Nr.	Text	Ich sehnte mich nach körperlicher Vereini- gung. (Item 29)
24	Ich hatte ein Gefühl von Wärme in der Bauchgegend.	$r = .309$
2	Meine Haut war sehr empfindsam.	$= .447$
74	Ich spürte einen großen Drang, meine Gefühle körperlich aus- zudrücken.	$= .640$
40	Ich hatte ein großes Bedürf- nis nach körperlicher Be- rührung.	$= .654$

8.2.5.2.5. Faktor 5: Ruhe und Entspannung

Der Faktor wird inhaltlich von zwei Items bestimmt, die das Erleben von Ruhe und Entspannung kennzeichnen, einhergehend mit dem Vorgang der Konzentration nach Innen: "Ich ruhte in mir selbst". Die Leitvariablen dieses Faktors sind in Tabelle 12 zusammengestellt.

Tabelle 12: Leitvariablen von Faktor 5

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
06	Ich ruhte in mir selbst.	.706	.701
66	Ruhe erfüllte mich.	.700	.750
Negative Ladungen:			
28	Ich fühlte mich wie in einem Traum.	-.396	-.350
44	Ich spürte eine angenehme innere Spannung.	-.372	(.009)

Item 6 und Item 66 korrelieren hoch miteinander (.599). Das Erlebnis von unbeeinflusster Ruhe und Entspannung wird auch durch die negative Ladung (-.372) des Items "Ich spürte eine angenehme innere Spannung" dargelegt. Gleichzeitige Wachheit und Realitätsbezogenheit werden in der negativen Ladung von Item 28 "Ich fühlte mich wie in einem Traum" (-.396) bekräftigt.

Ruhe und Entspannung werden zudem beschrieben als ein Zustand der sich steigernden Verinnerlichung, in dem der Mensch zu sich selbst kommt, mit sich selbst eins wird, in sich selbst ruht. Als Erlebnis ist dies einer genaueren Definition kaum zugänglich, es läßt sich daher inhaltlich nur als das Gegenteil von einer im einzelnen rational erfassenden und durchgliedernden Selbstwahrnehmung darstellen, die in dem Wissen um persönliche Bedürfnisse, Werte, Abneigungen, Schwächen usw. zu sehen ist. Es ist das Erlebnis einer individuellen charakteristischen Zentrierung, die Erfahrung der eigenen Mitte.

8.2.5.2.6 Faktor 6: Spontaner Ausdruck überfließender Energie

Faktor 6 umfaßt eine Gruppe von Aussagen, die Glück im unmittelbaren Ausdruck von explodierender wie implodierender Kraft erfassen. Lachen, Schreien, Singen, Rennen, Tanzen usw. sind Ausdrucksformen von Glücklich-Sein, in denen der allgemeine Bewegungsüberschwang enthalten ist, der im Zusammenhang mit dem plötzlichen Anwachsen, dem Überfließen von Energie steht. Es ist sowohl das Gefühl von außengerichtetem, ausgreifendem, alles verrückendem Übermut als auch das Gefühl von innengerichteter, spannungsfreier, erhebender Heiterkeit, die jede Enge und Bitternis hinter sich läßt.

Die Leitvariablen dieses Faktors sind in Tabelle 13 mit ihren Ladungen zusammengestellt.

Tabelle 13: Leitvariablen von Faktor 6

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
03	Ich war übermütig.	.737	.776
15	Ich spürte den Drang, zu lachen, zu singen oder zu tanzen.	.687	.726
76	Ich spürte eine große Hei- terkeit.	.660	.756
63	Ich war energiegeladen.	(.318)	.421
Negative Ladungen:			
66	Ruhe erfüllte mich.	(-.339)	(-.340)

Item 63 "Ich war energiegeladen" korreliert am höchsten mit Item 3 "Ich war übermütig" (.414). Dabei ist das Gefühl von Energie, von Kraft nicht als eine Fehleinschätzung bzw. Überschätzung der eigenen Stärke zu sehen, sondern als ein tatsächliches Mehr an Dynamik, an Lebenskraft im Zustand des Glücklich-Seins.

Weiterhin zeigen sich hohe Interkorrelationen zwischen den ersten drei Leitvariablen: die höchsten zwischen Item 3 und Item 15 (.581) und Item 3 und Item 76 (.438), gefolgt von Item 15 und Item 76 (.429). Die negative Ladung von Item 66 "Ruhe erfüllte mich" setzt diese Dimension des Erlebens in Kontrast zu dem vorausgehenden Faktor.

Sowohl Übermut als auch Heiterkeit stehen im Zusammenhang mit den spontanen Ausdrucksformen des Lachens usw., dennoch hat Heiterkeit im Gegensatz zu Übermut seinen Schwerpunkt mehr innen. Dies deutet sich in der niedrigeren Korrelation zwischen Item 76 und Item 15 (.429) gegenüber Item 76 und Item 3 (.581) an. LERSCH (1970) sieht Heiterkeit als "das Erlebnis einer inneren Helligkeit, die auch auf die Umwelt ausstrahlt" (S. 307). "Lustigkeit" hingegen "wirft ... sich in die Welt hinein, greift nach den Dingen

und wirbelt sie - besonders in der Aufgipfelung der Vergnügtheit, dem Übermut - durcheinander" (S. 310). Diese beiden von Überschüssiger Energie erfüllten Erlebnisformen bestimmen Faktor 6.

8.2.5.2.7. Faktor 7: Ekstase

Die Erlebnisformen von Faktor 7 und Faktor 9 sind durch eine grundsätzliche Veränderung der normalen Bewußtseinslage gekennzeichnet, auf deren Boden eine neue, qualitativ gänzlich andersartige Erfahrung von Selbst und Welt möglich wird.

Während die Blickrichtung des Erlebens in Faktor 7 nach außen gerichtet ist, zeigt sich in Faktor 9 verstärkt ein Losgelöstsein von der Umwelt, eine Versenkung nach Innen. Beide Formen des Erlebens zielen ihrem Wesen nach auf ungesteuerte Erfahrung-von, schließen ein Denken-über aus und spielen sich außerhalb der Kontrolle des normalen Bewußtseins ab.

Die Items von Faktor 7 und ihre Ladungen sind in Tabelle 14 zusammengestellt.

In den wachsenden Ladungsbeträgen der Leitvariablen zeigt sich in den damit verbundenen Inhalten eine zunehmende Expansion des Erlebens, sie reicht von der Befreiung von Begrenztheit (Item 12), des Offen-Seins (Item 11) bis hin zu der Aufhebung der Trennung zwischen Innen und Außen (Item 7 und 35).

Die Aussage "Ich fühlte mich frei" (Item 12) korreliert am höchsten ($r = .377$) mit der Aussage "Ich hatte ein Gefühl von Leichtigkeit" (Item 23) und dem Erlebnis des Sich-Öffnens, der Offenheit ($r = .382$; Item 11).

Tabelle 14: Leitvariablen von Faktor 7

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
7	Ich hatte das Gefühl, selbst zu Musik (zu Wasser, zu Wind usw.) zu werden.	.746	.752
35	Ich hatte das Gefühl, mit der Landschaft (dem Wind, der Musik usw.) eins zu werden.	.717	.700
76	Ich spürte eine große Heiterkeit.	.660	(-.047)
14	Ich wollte zerfließen, mich auflösen.	.543	.652
11	Ich war offen für die Schönheit der Welt.	.383	(.309)
23	Ich hatte ein Gefühl von Leichtigkeit.	.354	-
12	Ich fühlte mich frei.	.350	-

Befreiung von Begrenztheit wird gleichzeitig als "zerfließen", "sich auflösen" (Item 14) erlebt, charakterisiert damit also gleichzeitig die Aufgabe von Selbstkontrolle.

In diesem Sinne sieht LERSCH (1970) Ekstase (Entrücktheit) als "ein Heraustreten aus den Grenzen der Individualität, das Erlebnis des Außer-sich-seins und damit eine grundsätzliche Wandlung des normalen Selbst- und Weltbewußtseins, das gekennzeichnet ist durch das Erlebnis der Individuation, der Eingeschlossenheit unserer Lebendigkeit in unseren Leib und unser individuelles Bewußtsein". Damit ist Ekstase "die höchste Aufgipfelung des Lebensgefühls überhaupt", "die Erfahrung ungeheurer Lebensfülle" (S. 319/320).

Es weitete sich das Erlebnis des Aufgeschlossen-seins, der Aufhebung der Trennung von Innen und Außen zu der subjektiven Erfahrung des Aus-sich-heraustretens, der Befreiung von physischer und psychischer Begrenztheit.

Das Erlebnis des Einsseins mit den Gegenständen der Außenwelt (Item 35) - als stärkster Ausdruck des Gefühls von Nähe - erfährt in der starken Erregtheit ekstatischen Erlebens noch eine qualitative Ausweitung: die Unterscheidung von Subjekt und Objekt und die daraus resultierende Gegenüberstellung (Getrenntsein) ist zur Gänze aufgehoben - "Ich hatte das Gefühl, selbst zu Musik (zu Wasser, zu Wind usw.) zu werden" (Item 7). Diese Aussage zeigt in Faktor 7 den höchsten Ladungsbetrag und bestimmt ihn damit inhaltlich (zusammen mit Item 35) grundlegend. Die Korrelation zwischen Item 7 und Item 35 ist die höchste zwischen den Leitvariablen ($r = .703$). In der Ekstase tritt also das Subjektive bis zur völligen Selbstvergessenheit zurück, "die Ekstase liegt jenseits der Gegenüberstellung von lebendigem Subjekt und Umwelt, jenseits der Unterscheidung von Ich und Nicht-Ich" (LERSCH, 1970, S. 319). Im subjektiven Erleben wird dies als Gefühl der Weite, der Unbegrenztheit empfunden: "Enthält die Angst eine Tendenz des In-sich-zurückkriechens und des Zurückweichens von der Welt, so ist die Ekstase ein Aus-sich-heraustreten und Sich-ausweiten über alles Einzelgegenständliche" (LERSCH, 1970, S. 320).

8.2.5.2.8. Faktor 8: Transzendenz

Die Leitvariablen von Faktor 8 kennzeichnen das Erlebnis von Transzendenz, d. h. der Einsicht, "daß es etwas geben muß, was unsere raum-zeitliche, sinnlich erfassbare Welt übersteigt ('transzendiert') und insofern ihr gegenüber logisch früher und ontologisch seinsmächtiger ist" (MEYERS ENZYKLOPÄDISCHES LEXIKON, 1978). Der Begriff "Transzendenz" wird auch synonym für den Begriff Gott gebraucht. In der folgenden Tabelle sind die Leitvariablen zusammengestellt. Es wird sogleich deutlich, daß Item Nr. 9, 39 und 69 den Faktor inhaltlich weitgehend bestimmen.

Tabelle 15: Leitvariablen von Faktor 8

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
9	Ich hatte das Gefühl, daß es einen Gott gibt.	.887	.903
39	Ich hatte Vertrauen zu Gott.	.859	.896
69	Ich war dankbar, zu leben..	.484	.400
55	Ich hatte das Bedürfnis, allein zu sein.	(.260)	(.245)
72	Ich war erfüllt von überströmender Liebe.	(.232)	(.184)
Negative Ladungen:			
061	Ich hatte den Wunsch, diese Gefühle mit anderen (dem anderen) zu teilen.	(-.255)	(-.118)

Item 9 "Ich hatte das Gefühl, daß es einen Gott gibt" und Item 39 "Ich hatte Vertrauen zu Gott" korrelieren - wie zu erwarten - hoch ($r = .811$) miteinander. Die nächsthöchste Korrelation besteht zwischen Item 9 und Item 69 "Ich war dankbar, zu leben" ($r = .381$): Das Erlebnis von Diesseitigkeit ereignet sich in Verbindung mit Dankbarkeit gegenüber einer unbenannten, schicksalshaften Größe. Die Ladungen der restlichen Items in diesem Faktor sind niedrig, ebenso ihre Interkorrelationen (zwischen $r = .2$ und $r = -.2$), weshalb auf weitere Erörterung verzichtet wird. Die Erfahrung der Transzendenz, das Erleben von Inhalten jenseits des Bereichs der sinnlichen Erfahrung ist eine subjektive Wahrheit, nicht verifizierbar und ist je nach religiös-metaphysischer Weltanschauung verschieden interpretierbar.

8.2.5.2.9. Faktor 9: Trance

Die Erlebnisformen von Faktor 9 zeichnen sich - wie bereits erwähnt - ebenso wie diejenigen von Faktor 7 ("Ekstase") durch eine grundsätzliche Veränderung der normalen Bewußtseinslage aus, auf deren Boden qualitativ neue Erfahrungen von Selbst und Welt möglich werden. Im Gegensatz zum ekstatischen Erleben, als "Zuständlichkeit, in die alles Einzelne und Gegenständliche mit hineingerissen wird" (LERSCH, 1970, S. 320), ist diese Erlebnisdimension durch ein Gefühl des Losgelöstseins von der Umwelt und der Neigung zu einer Versenkung in sich selbst bis hin zur Selbstvergessenheit gekennzeichnet. Die Leitvariablen des Faktors sind in der folgenden Tabelle zusammengestellt.

Tabelle 16: Leitvariablen von Faktor 9

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
25	Ich genoß es, passiv zu sein.	.646	.763
46	Ich hatte ein Gefühl des Losgelöstseins von meiner Umwelt.	.641	.431
71	Ich bemerkte nichts mehr um mich herum.	.496	.358
28	Ich fühlte mich wie in einem Traum.	.489	.392
43	Ich war in einem Zustand der Selbstvergessenheit.	.489	(-.076)
14	Ich wollte zerfließen, mich auflösen.	.362	(.012)
47	Ich hatte das Gefühl, daß die Zeit sehr langsam verging.	(.307)	(-.012)
51	Ich war ganz auf mich bezogen.	(.282)	(-.062)

Angenehm empfundene, genußvolle Passivität (Item 25) und ein Gefühl des Befreitseins von der Umwelt (Item 46, 71 und 28) stehen in diesem Faktor im Vordergrund. Die Zeit wird in weiter Ausdehnung erlebt (Item 47) und es besteht

eine Tendenz zu ausgeprägter Selbstvergessenheit (Item 43) - ebenso jedoch auch zu einer erhöhten, inneren Bewußtheit (Item 51).

Es ist ein passiv-ungerichteter Versenkungszustand, der sich durch ein geringes Maß an innerer Erregung auszeichnet. Die Art der damit einhergehenden Bewußtseinsveränderung wird in den korrelativen Zusammenhängen zwischen Leitvariable 46 "Ich hatte ein Gefühl des Losgelöstseins von meiner Umwelt" und den Leitvariablen 71 "Ich merkte nichts mehr um mich herum" ($r = .364$), Nr. 43 "Ich war in einem Zustand der Selbstvergessenheit" ($r = .354$), Nr. 28 "Ich fühlte mich wie in einem Traum" ($r = .310$) deutlich. In dieser - allgemein als "Trance" bezeichneten - Zuständlichkeit kann das Bewußtsein von uns selbst ebenso wie die Gerichtetheit auf die Umwelt bis zum Verschwinden zurücktreten: Trance (lat. transitus) charakterisiert den Übergang in einen Ausnahme-Zustand, der - im Gegensatz zu normalen, realitäts-orientierten Verhaltensweisen - durch eine Aufgabe der Realitätsprüfung und eine Einengung des Bewußtseins gekennzeichnet ist (vgl. LUDWIG, 1967, SHOR, 1959).

Die Ablösung von gängigen Kontroll-Mechanismen und den mit ihr verbundenen Denkprozessen schließt - das ist anzunehmen - dem Menschen qualitativ neuartige Erlebnisse auf, die auch als Glücklich-Sein empfunden werden. Sie spielen sich außerhalb der Kontrolle des normalen Bewußtseins ab.

8.2.5.2.10. Faktor 10: Zeiterleben

Das subjektive Zeitempfinden steht in engem Zusammenhang mit der Gefühlslage, in der wir uns befinden: Jedes Erlebnis hat eine spezifische, ihm zugehörige Form des zeitlichen Ablaufs - Veränderungen in der subjektiven Wahrnehmung der Zeit spiegeln Veränderungen im emotionalen Geschehen. Im Erleben von Glück herrscht nicht nur die Gegenwart, sondern das Bewußtsein der Zeit ist in der Hin-

gabe an den Augenblick aufgehoben, wir erfahren einen Zustand der Befreiung von der zeitlichen Begrenzung (vgl. Kap. 8.1.4. und 8.1.5.). Die Zeit scheint sich im stehenden Jetzt aufzulösen.

Tabelle 17: Leitvariablen von Faktor 10

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
13	Die Zukunft verlor an Bedeutung.	.684	.745
22	Die Vergangenheit war wie weggewischt.	.652	.713
60	Mein Zeitgefühl war aufgehoben.	.529	.312
43	Ich war in einem Zustand der Selbstvergessenheit.	.441	.354
58	Die Gegenwart erfüllte mich ganz.	.403	.389

Der Augenblick wird unbeschwert von Vergangenheit und Zukunft erlebt: "Die Zukunft verlor an Bedeutung" (Item 13), "Die Vergangenheit war wie weggewischt" (Item 22). Es ändert sich also der Bezug zu Vergangenheit und Zukunft, beide verlieren in der lustvollen Hingabe an das Gegenwärtige (Item 58) ihren bedrängenden Charakter: die Gegenwart erfüllt unser Bewußtsein ganz (Item 58). Die Korrelationen zwischen den Variablen 13 und 22 ($r = .377$) und den Variablen 13 und 58 ($r = .307$) sind die höchsten unter den Leitvariablen, was den oben erörterten Zusammenhang bekräftigt.

Die lustvolle Hingabe an das Gegenwärtige (Item 58) verändert unsere Beziehung zu Vergangenheit und Zukunft, bis hin zur Aufhebung des Zeitgefühls (Item 60), dem Erlebnis der Zeitlosigkeit ($r = .270$): "Die Gegenwart ist nicht mehr der kurze Übergang von der Zukunft zur Vergangenheit, sondern die Gegenwart dehnt sich gleichsam ins Grenzenlose. Sie wird selbst zur Unendlichkeit" (BOLLNOW, 1956, S. 188).

So ist der Glückliche in der Unmittelbarkeit des Erlebens zugleich in der Zeit (der Gegenwart) und außerhalb der Zeit. Die Zeit verliert deshalb ihren vorwärtsdrängenden Charakter.

8.2.5.2.11. Faktor 11: Bejahung von Leben und Sinnhaftigkeit des Lebens

Im Glücklich-Sein wird eine uneingeschränkte Bejahung von Leben und Sinnhaftigkeit des Lebens erfahren. Dies wird in den Leitvariablen von Faktor 11 deutlich.

Tabelle 18: Leitvariablen von Faktor 11

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items	LADUNG 66 Items
65	Das Leben erschien mir sinnvoll.	.684	.694
73	Ich konnte das Leben ganz bejahen.	.603	.797
41	Das Glücksgefühl erfüllte mich ganz.	.427	-
69	Ich war dankbar, zu leben.	.378	.551
58	Die Gegenwart erfüllte mich ganz.	.375	(-.107)

Uneingeschränkte Bejahung des Lebens (Item 65) schließt die Gewißheit eines Sinnes von Leben und Welt (Item 73) in sich ein: zwischen diesen beiden Aussagen besteht hier die höchste Korrelation ($r = .428$). Ebenso daraus erwachsende Gefühle von Dank (Item 69) ($r = .428$). Diese ungetrübte Bejahung von Leben und Welt zeigt sich im Aufgehen in der Gegenwart (Item 58 und 41).

Sinn wird damit in der starken subjektiven Betroffenheit intensivsten Erlebens selbst erfahrbar.

8.2.3.2.12. Faktor 12: Qualität der Selbstwahrnehmung und Selbstbewertung

Glücklich-Sein ist mit dem Erleben und uneingeschränkten Akzeptieren der eigenen unverwechselbaren Individualität verbunden. Die Beziehung des Individuums zu sich selbst ist höchst positiv, dies zeigt sich in der Qualität der Selbstwahrnehmung und Selbstbeurteilung.

Tabelle 19: Leitvariablen von Faktor 12

Item Nr.	Text	LADUNG 82 Items
42	Ich konnte mich akzeptieren.	.698
52	Ich war meiner selbst sehr sicher.	.565
48	Ich fühlte mich eins mit meinem Körper.	.513
36	Ich war stolz auf mich.	.445
79	Ich spürte meine Einmaligkeit und Besonderheit.	(.226)

Anmerkung: In der verkürzten Form (66 Items) ist dieser Faktor - durch die herausfallenden Items - nicht mehr interpretierbar.

Die Erfahrung, sich selbst uneingeschränkt annehmen zu können (Item 42), steht inhaltlich im Zentrum dieser Erlebnisdimension. Leitvariable 42 korreliert am höchsten mit der Aussage (Item 52) "Ich war meiner selbst sehr sicher" ($r = .417$): das Akzeptieren der eigenen Person steht also in engem Zusammenhang mit dem Erleben von Gefühlen der

Selbstsicherheit, der eigenen Stärke. Es äußert sich weiterhin auch in körperlich empfundener Identität (Item 48) "Ich fühlte mich eins mit meinem Körper" ($r = .350$).

Gefühle der Selbstsicherheit können im Stolz-Sein auf sich selbst gipfeln (Item 36) ($r = .360$): dies ist als starker Ausdruck positiver Selbstbewertung anzusehen. Glücklich-Sein und eine positive Einstellung des Individuums zu sich selbst gehören also zusammen. Diese Beobachtung wird durch den Verlust des Selbstwertgefühls bei Depression und anderen negativ-affektiven Zuständen (vgl. Kap. 6.2.1.) gestützt.

8.2.5.3. KRITIK

Im Hinblick auf eine möglichst umfassende Darstellung der Erscheinung Glück wurde die größtmögliche Anzahl von Faktoren extrahiert bzw. interpretiert. In diesem Zusammenhang wird nochmals darauf hingewiesen, daß "der Prozentsatz der Varianz, die ein Faktor erklärt, kein guter Maßstab für seine Signifikanz und nicht unbedingt ein solcher für seine Bedeutung ist" (SCHUBÖ, 1972, S. 54). Die eingeschränkte Bedeutung der Untersuchungsergebnisse ist in den folgenden wichtigsten Kritikpunkten gegeben (weitere kritische Aspekte betreffen das Verfahren der Faktorenanalyse selbst, sie werden hier als bekannt vorausgesetzt):

- Jede Interpretation eines Datensatzes, wie in diesem Fall des Faktorenmodells, ist an die Person des Verfassers gebunden. Eine Einschränkung dieses subjektiven Ermessensraumes ist durch die intensive inhaltliche Auseinandersetzung mit den umfassenden Erlebnisbeschreibungen der Textanalyse und durch zahlreiche Gespräche mit den Probanden gegeben.
- Die in die Untersuchung einbezogenen Personen waren Studenten und Lehrer der Universität München. Die Ergebnisse müssen also unter dem Gesichtspunkt von Ausbildungsniveau und Schichtzugehörigkeit der Stichprobe gesehen werden.

- Die situativen Bedingungen im Hörsaal, unter denen die Daten erhoben wurden, können - besonders für dieses Thema - nicht besonders günstig gewesen sein und damit die Ergebnisse beeinflußt haben. Dagegen spricht allerdings das spontane Interesse der Studenten an der Untersuchung und das gute Erinnerungsvermögen an die Ereignisse selbst.
- Zur Absicherung von Reliabilität und Validität der Gefühlsskala müssen Testwiederholungen unter gleichen bzw. veränderten Testbedingungen und mit gleichen und anderen Stichproben durchgeführt werden.
- Die Zahl der extrahierten Faktoren wurde nach dem KAISERschen Eigenwertkriterium bestimmt. Zur Bestimmung der Stabilität der Faktoren müßten die Rechnungen nochmals mit anderen Methoden der Faktorenbegrenzung - z. B. mit dem Scree-Test (CATTELL, 1978) - durchgeführt werden. Es ist jedoch zu erwarten, daß sich auch bei Verwendung anderer Verfahren keine maßgeblichen Veränderungen in den ersten Faktoren zeigen.
- Obwohl die Ergebnisse dieser Untersuchung nicht unbedacht verallgemeinert werden können, sind sie - im Rahmen der einschränkenden Bemerkungen - als ein mit weiteren Untersuchungen zu überprüfendes sinnvolles Konzept der phänomenologischen Darstellung von Empfindungen und Gefühlen des Glücks zu bewerten.

8.3. SITUATIONSASPEKTE

Die Angaben zur Situation, in der Glück erlebt wurde, erfolgten in freier Form (s. Anhang, Rückseite des Fragebogendeckblattes, Frage Nr. 1). Sie sind in Tabelle 20 zusammengefaßt.

Tabelle 20: Zusammenfassung der Situationsaspekte

Nr.	Situationsaspekte	Anzahl
1	Partner	70
2	Gruppe	13
3	Gespräch	13
3/1	Gespräch/Partner	7
3/2	Gespräch/Gruppe	2
4	zwischenmenschliche Begegnung - Helfen	7
5	Fest	18
6	Naturerlebnis	15
6/1	Naturerlebnis/Partner	2
6/7	Naturerlebnis/Bewegung	27
7	Bewegung (z. B. Sport, Tanz)	9
7/1	Bewegung/Partner	3
8	Reise, Urlaub	5
8/1	Reise, Urlaub/Partner	2
9	Prüfung bestanden, gute Nachricht	16
10	Denken, Einsicht, Lernen	4
11	Theater, Lesen, Musik	14
12	Verschiedenes	25
13	keine Angaben	8

Aus der Tabelle geht hervor, daß die Kategorien nicht unabhängig sind, mehrere Situationsaspekte können nach dieser Auflistung inhaltlich die Situation bestimmen, in der Glück erlebt wird. Es ergab sich die Notwendigkeit, ein weniger differenziertes Kategoriensystem mit voneinander unabhängigen Kategorien zu erstellen, das eine Überprüfung des Zusammenhangs von Situationsmerkmalen und Erlebnisdimensionen ermöglicht.

Eine Gruppierung von Situationsaspekten in voneinander unabhängigen Kategorien ist entlang der sozialen Dimension

von Glück gegeben. Die Angaben hierfür wurden ebenfalls auf der Rückseite des Fragebogendeckblattes erhoben (Frage Nr. 2), sie verteilen sich wie folgt:

Tabelle 21: Gruppierung von Situationsaspekten

GRUPPE 1	55 Personen	(21,2 %)
"Ich war allein"		
GRUPPE 2	135 Personen	(51,9 %)
"mit einer Person zusammen"		
GRUPPE 3	70 Personen	(26,9 %)
"mit mehreren Personen zusammen"		

Es stellte sich die Frage ob sich nach dieser inhaltlichen Kategorisierung Gruppenunterschiede in den Erlebnisdimensionen, d. h. in den zwölf interpretierten Faktoren der Faktorenanalyse zeigen: Erleben wir Glück anders wenn wir allein, zu zweit oder mit mehreren Personen zusammen sind? Unter dieser Fragestellung wurde eine erneute Datenanalyse durchgeführt, die Berechnungen liefern u. a. über das im SPSS (HULL, et al., 1975) vorliegende Programm zur Diskriminanzanalyse.

8.3.1. ERGEBNISSE

Die standardisierten Mittelwerte der drei Gruppen in den zwölf Faktoren sind in Abbildung 1 aufgeführt. Die stärksten Ausprägungen der Gruppen zeigen sich in folgenden Erlebnisdimensionen:

Gruppe 1 (allein):

- Faktor 2: "Schöpferische Kraft"
- Faktor 4: "Erotik"
- Faktor 8: "Transzendenz"
- Faktor 10: "Zeiterleben"

Gruppe 2 (zu zweit):

- Faktor 1: "Qualität der menschlichen Beziehungen"
- Faktor 3: "Öffnung der Sinne, Lust in den unmittelbaren Empfindungen sinnlicher Wahrnehmung"

Gruppe 3 (mit mehreren):

- Faktor 6: "Spontaner Ausdruck überfließender Energie"
- Faktor 9: "Trance"

Die Ergebnisse der varianzanalytischen Berechnungen zeigen signifikante Gruppenunterschiede in den Erlebnisdimensionen Nr. 1, 3, 4 und 6.

In der folgenden schrittweisen Diskriminanzanalyse mit Klassifikationsverfahren für zwei oder mehr Gruppen wurde die Güte der erreichten Gruppentrennung überprüft. Die schrittweise Diskriminanzanalyse ermöglicht die Auswahl der am besten diskriminierenden unabhängigen Variablen (Erlebnisdimensionen). Als erstes wird diejenige Variable ausgewählt, die allein die beste Trennung der Gruppen ermöglicht. In der Folge wird jeweils diejenige Variable bestimmt, die die erreichte Gruppentrennung am meisten verbessert. Das Verfahren ist beendet, wenn noch nicht ausgewählte Variablen zu keiner Verbesserung der Gruppentrennung führen.

Im folgenden sind die am besten diskriminierenden unabhängigen Variablen bzw. Faktoren zusammengestellt.

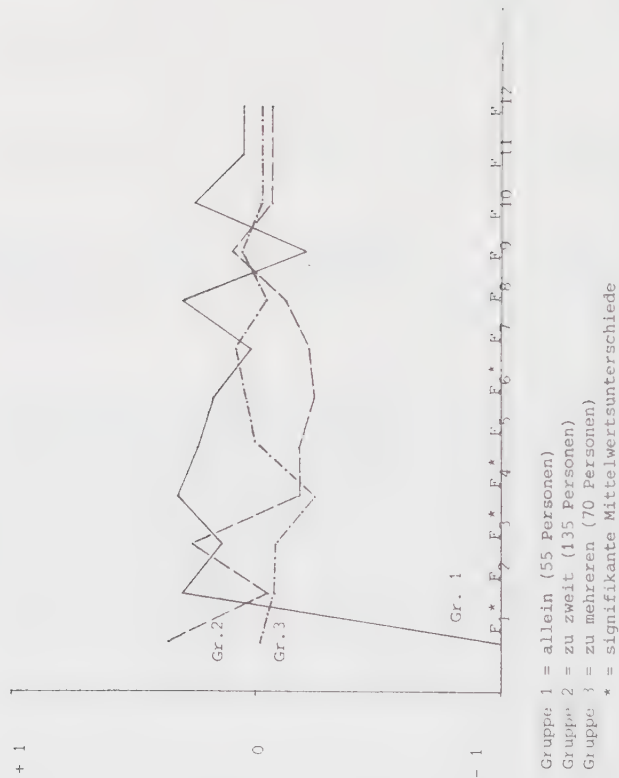


Abb. 1: STANDARDISIERTE GRUPPENMITTELWERTE IN DEN FAKTOREN 1 BIS 12

Tabelle 22: Schrittweise Diskriminanzanalyse: Auswahl der am besten diskriminierenden unabhängigen Variablen

Schritt	einbezogene Variablen	WILKS LAMBDA	Sig.
1	F 1	.737431	.0000
2	F 4	.680637	.0000
3	F 2	.657259	.000
4	F 3	.636139	.0000
5	F 5	.618695	.0000
6	F 6	.601623	.0000
7	F 8	.585338	.0000
8	F 10	.571623	.0000
9	F 9	.557571	.0000
10	F 12	.547663	.0000
11	F 7	.539258	.0000

Die aufgeführten 11 Faktoren ermöglichen die beste Gruppentrennung, Faktor 11 fällt aus der Analyse heraus. Tabelle 23 enthält Information zur Beurteilung der errechneten Diskriminanzfunktionen. Eigenwerte (Funktion 1 = .662; Funktion 2 = .115) und kanonische Korrelationen (.631 und .321) kennzeichnen die Güte der Gruppentrennung jeder Funktion. Der Wilks'sche Lambda ¹⁾ von .539 zeigt an, daß eine beachtliche diskriminante Leistung mit den in die Rechnung eingegangenen Variablen gegeben ist. Beide Lambda-werte sind signifikant: es konnten also zwei statistisch bedeutsame Trennfunktionen festgestellt werden. Tabelle 24 zeigt die Koeffizienten der standardisierten Diskriminanzfunktionen. Funktion 1 wird in starkem Ausmaß von Faktor 1 und Faktor 4 bestimmt, Funktion 2 hingegen von Faktor 3 und Faktor 6.

1) Kleinster Wilks'scher Lambda (= größter multivarianter F-Wert)

Tabelle 23: Diskriminanzfunktionen

Funktion	Eigenwert	kanonische Korrelation	nach Funktion	Wilks Lambda
1	.662	.631	0	.539
2	.115	.321	1	.896
CHI - Quadrat		D.F.	Signifikanz	
136.48		22	.000	
24.08		10	.007	

Tabelle 24: Koeffizienten der standardisierten Diskrimi-
nanzfunktionen

Faktoren	Funktion 1	Funktion 2
F 1	<u>.903</u>	.007
F 2	-.309	.173
F 3	-.201	<u>-.451</u>
F 4	<u>.426</u>	.373
F 5	-.206	.362
F 6	-.139	<u>.443</u>
F 7	.051	.372
F 8	-.237	.263
F 9	.239	-.137
F 10	-.242	.152
F 12	-.123	-.336

Tabelle 25: Gruppenmittelwerte auf den Diskriminanzfunk-
tionen (Group Centroids)

Gruppe	Funktion 1	Funktion 2
1	-1.495	.199
2	.599	.210
3	.017	-.547

CANONICAL DISCRIMINANT FUNCTION 1

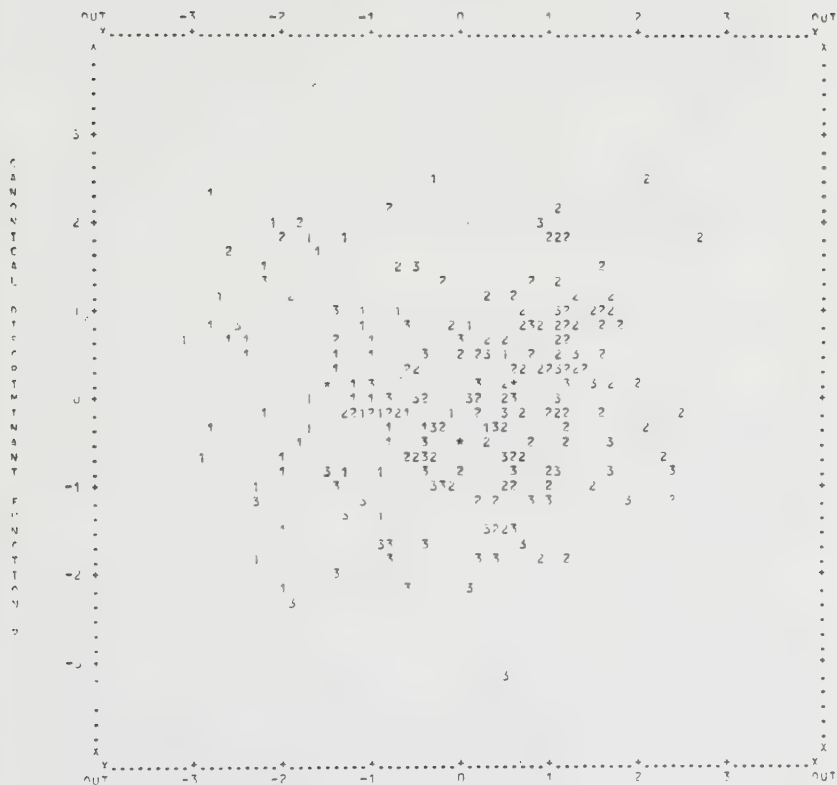


Abb. 2: VERTEILUNG DER GRUPPEN ENTLANG DER DISKRIMINANZFUNKTIONEN
 (* zeigen die zentralen Tendenzen der Gruppen an)

Aus Tabelle 26 und Abbildung 2 geht hervor, daß Gruppe 2 und 3 sich stärker vermischen und daß die Güte der erreichten Gruppentrennung am höchsten zwischen Gruppe 1 und den Gruppen 2 und 3 ist.

Die Ergebnisse der Klassifikation (Tab. 26) zeigen, daß die vorausgesagte Gruppenzugehörigkeit ebenfalls für Gruppe 1 am höchsten ist (77,1 %) gegenüber 62,7 % (Gruppe 2) und 47,6 % (Gruppe 3). Es konnten auf der Basis der vorausgehenden Analyse insgesamt 61,57 % der Fälle richtig klassifiziert werden.

Tabelle 26: Ergebnisse der Klassifikation

Vorliegende Gruppe	N	vorausgesagte Gruppenzugehörigkeit		
		1	2	3
Gruppe 1 (allein)	48	37 77.1 %	3 6.3 %	8 16.7 %
Gruppe 2 (zu zweit)	118	14 11.9 %	74 62.7 %	30 25.4 %
Gruppe 3 (mit mehreren)	63	13 20.6 %	20 31.7 %	30 47.6 %

8.3.2. ZUSAMMENFASSUNG

1. Die unterschiedliche Verteilung der Gruppenmittelwerte in einzelnen Erlebnisdimensionen stützt die Annahme, daß Glück anders erlebt wird, wenn wir allein, zu zweit oder mit mehreren Personen zusammen sind: Gruppe 1 (allein) hat stärkste Ausprägungen in Faktor 2, 4, 8 und 10, Gruppe 2 (zu zweit) in Faktor 1 und 3 und Gruppe 3 (mit mehreren) in Faktor 6, 7 und 9.

Die Güte der erreichten Gruppentrennung zeigt, daß sich Gruppe 1 am stärksten gegenüber Gruppe 2 und 3 absetzt und daß sich Gruppe 2 und 3 vermischen. Da der Test auf Gleichheit der Gruppen-Kovarianzmatritzen signifikant ist, sollten die Ergebnisse mit Vorsicht interpretiert werden.

2. Es ist weiterhin anzunehmen, daß die ausgeprägte Variabilität des Erlebens von Glück im Zusammenhang mit den spezifischen Inhalten steht, die die Situation konstituieren (z. B. Naturerlebnisse, Gespräche, Leistungserfolge, vgl. Tabelle 20). Mit diesen Inhalten wiederum bekommen die Situationen mehr statischen oder mehr dynamischen Charakter.

In dem Versuch, die Vielfalt von Situationsaspekten in eine Ordnung zu bringen, lassen sich die Situationen, in denen Glück erlebt wird, zunächst unter drei Gesichtspunkten betrachten:

- hinsichtlich der Sozialbezogenheit,
- hinsichtlich der Inhalte des Erlebens und
- hinsichtlich ihrer Bewegtheit (Dynamik bzw. Statik).

Aus dieser Information kann zunächst das auf Seite 166 abgebildete deskriptive Modell abgeleitet werden.

8.4. ZUSAMMENFASSUNG DER EMPIRISCHEN UNTERSUCHUNGSERGEBNISSE

1. Glück ist ein höchst intensives Gefühl mit ausgeprägter Eigenqualität, die subjektiv als "Wärme", als ausstrahlende Energie empfunden wird: als dynamischer, alles durchdringender Prozeß, der das Erleben "überstrahlt" ("wahrnehmen, nur das Gefühl", "das Gefühl füllt alles aus", "Bedrückendes verliert seinen Schrecken"). Dies wird sowohl in der Inhaltsanalyse (Kategorie 12: "Bewußtseinerfüllende Breite", "Wärme") sehr deutlich als auch in Item 42 "Das Glücksgefühl erfüllte mich ganz". Item 42 zeigt von den 82 zur Beurteilung vorgelegten Aussagen zum Erleben von Glück den höchsten Mittelwert ($\bar{x} = 2.65$), gefolgt von Item 58 "Die Gegenwart erfüllte mich ganz" ($\bar{x} = 2.51$) und Item 12 "Ich fühlte mich frei" ($\bar{x} = 2.49$). Die obigen Aussagen kennzeichnen diejenigen Aspekte des Erlebens, die den Gefühlen des Glücks gemeinsam sind.

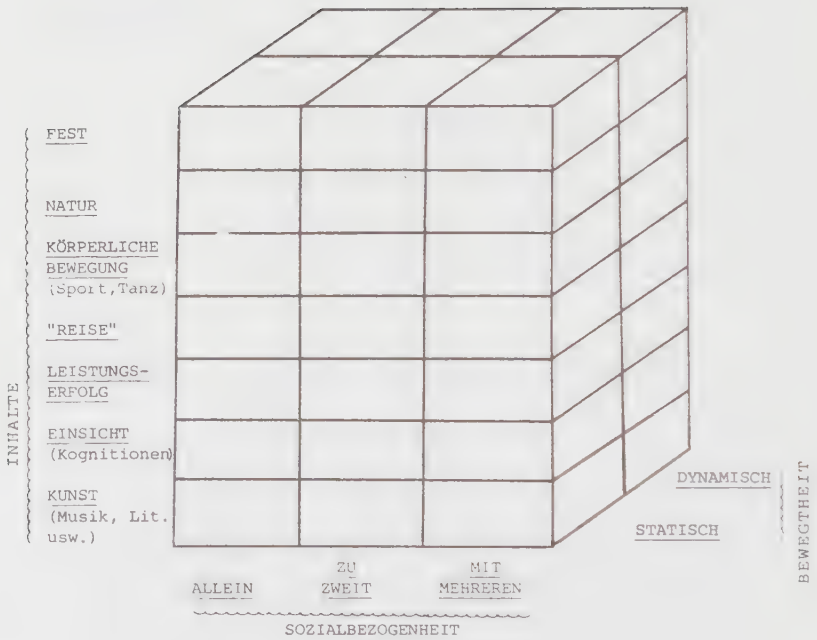


Abb. 3: SITUATIONSASPEKTE (DESKRIPTIVES MODELL)

2. Dasjenige, was wir mit "Glück" bezeichnen, umfaßt viele qualitativ unterschiedliche Dimensionen des Erlebens. In der Analyse der Erlebnisbeschreibungen konnten 17 Kategorien des Erlebens inhaltlich recht gut voneinander abgesetzt werden. Davon gingen 15 Kategorien in die Fragebogenuntersuchung ein: Kategorie 16 (Mit Glück "zusammenhängende" Gefühle) und Kategorie 17 (Zusammenhang: negative-positive Gefühle) blieben unberücksichtigt, da für sie gesonderte Untersuchungen als notwendig erachtet werden. Über die Faktorenanalyse der Fragebogenitems konnten 12 Erlebnisdimensionen errechnet und interpretiert werden. Die Erlebnisdimensionen der Inhaltsanalyse und des Fragebogens sind in Tabelle 27 in ihrem inhaltlichen Zusammenhang aufgelistet.

Die differenzierbaren Erlebnisdimensionen sind damit gekennzeichnet. Dasjenige, was sie im einzelnen charakterisiert, wird im folgenden zusammengefaßt. Ob und wie diese inhaltlich unterscheidbaren Dimensionen des Erlebens von Glück aufeinander bezogen sind, wo möglicherweise kausale Bedingungsbeziehungen bestehen, das wissen wir nicht.

3. Es gibt erregte und ruhigere Formen von Glücklich-Sein. Erregtes Glück zeichnet sich durch ein hohes Maß an Aktivität und den spontanen Ausbruch von überschüssiger Kraft, von Energie aus. Lachen, Schreien, Singen, Tanzen sind Ausdrucksformen von Glücklich-Sein, in denen der allgemeine Bewegungsüberschwang enthalten ist, der im Zusammenhang mit dem plötzlichen Anwachsen, dem Überfließen von Energie steht. Stillere Formen von Glücklich-Sein sind durch Ruhe und tiefe Entspannung gekennzeichnet. Sie werden als das Erlebnis einer individuell charakteristischen Zentrierung, der Erfahrung der eigenen Mitte beschrieben, in dem das Individuum zu sich selbst kommt, mit sich selbst eins wird, in sich selbst ruht - das Gegenteil einer rational erfassenden und durchgliedernden Selbstwahrnehmung.

Tabelle 27: Zusammenhang zwischen den Kategorien der Inhaltsanalyse 1) und den Erlebnisdimensionen des Fragebogens "Erleben von Glück"

I. <u>Kategorien der Inhaltsanalyse</u>	II. <u>Erlebnisdimensionen des Fragebogens</u>
Kat. Bezeichnung: Nr.	Fakt. Bezeichnung: Nr.
1. Glück im engen Zusammensein mit anderen	1. Qualität der menschlichen Beziehungen
2. Glück in der Erfahrung der eigenen Individualität	12. Qualität der Selbstwahrnehmung und Selbstbewertung
8. Glück im Gefühl der eigenen Stärke	
3. Glück im Überschwang körperlicher Erregung	6. Spontaner Ausdruck überfließender Energie
4. Glück in heiterer Ruhe und Entspannung	5. Ruhe und Entspannung
5. (Passivität)	-
6. (Aktivität)	-
7. Glück in der Wahrnehmung von Schönheit	3. Öffnung der Sinne, Lust in den unmittelbaren Empfindungen sinnlicher Wahrnehmung
9. Glück in dem Gefühl, die Welt zu bejahen	11. Bejahung von Leben und Sinnhaftigkeit des Lebens 8. Transzendenz
10. Zeit- und Raumempfinden	10. Zeiterleben
11. Glück im Vorgang produktiven Denkens und Handelns	2. Schöpferische Kraft
12. Ekstase	7. Ekstase
	9. Trance
13. "Bewußtseinerfüllende Breite", "Wärme"	-
14. Bewußtsein der Freiheit	-
15. Körpergefühle	4. Erotik

1) Für die Benennung der Kategorien der Inhaltsanalyse wurden - um eine Orientierung zu erleichtern - bis einschließlich Kategorie 12 die Faktorenbezeichnungen von MEADOWS (1975) übernommen, obwohl sich inhaltliche Aspekte herausdifferenziert hatten oder völlig neue Akzentuierungen hervortraten.

4. Die Qualität der menschlichen Begegnungen im Glücklich-Sein zeichnet sich sowohl im subjektiven Erleben als auch in ihren unmittelbaren Ausdrucksformen durch eine umfassende Gefühlsaufgeschlossenheit aus und die Bereitschaft, andere zu akzeptieren, sie "gefühlsmäßig anzunehmen". Diese Hinwendung wird mit den Begriffen Vertrauen, Offenheit, Toleranz, Mitgefühl, Verbundenheit charakterisiert - sie kann, über die Erfahrung von Nähe und Eins-Sein mit anderen, in Gefühlen von Liebe gipfeln. Die Qualität der menschlichen Begegnungen im Zustand des Glücklich-Seins ist also durch das Erleben von stark ausgeprägten Gefühlen der Nähe bestimmt: in dem Vorgang des Sich-Öffnens, des Verstehens und Mitfühlens lösen sich zwischenmenschliche Barrieren auf.

5. Glücklich-Sein ist mit dem Erleben und uneingeschränkten Akzeptieren der eigenen Individualität verbunden. Selbstwahrnehmung und Selbstbeurteilung sind positiv. Im Zusammenhang damit steht die Erfahrung von Gefühlen der Selbstsicherheit, der eigenen Stärke und das Bewußtsein der Nähe zu sich selbst - die zudem sehr körperlich empfunden wird ("Ich fühlte mich eins mit meinem Körper").

6. Glücklich-Sein erleben wir als höchste Lebendigkeit, als lustvoll empfundene Steigerung der Energie, über die sich unser Denken und Handeln neu organisiert: als schöpferische Kraft. Eingefahrene Gedankengänge können mühelos verlassen werden, wir erfahren eine erhöhte Fähigkeit zu qualitativ neuartigen Erkenntnissen, die in engem Zusammenhang mit daraus resultierendem, umsetzen-dem Handeln gesehen werden. Ein größerer Reichtum an gefühlsmäßig vermittelten, gedanklichen Beziehungen schließt sich auf.

7. Der Glückliche erlebt eine weitgehende Öffnung und Verfeinerung der Wahrnehmung für sonst Unbedeutendes und

Flüchtiges im Zusammenhang mit erhöhter Wachheit und großer Empfindlichkeit und Leistungsfähigkeit der Sinne: Farben, Geräusche, Gerüche usw. gewinnen starke Ausdruckskraft. Im lustvoll-ungestörten Sinneserlebnis des Sehens, Hörens und Riechens entsteht das Erlebnis der Unmittelbarkeit, die Trennung zwischen Innen und Außen, zwischen Subjekt und Objekt ist aufgehoben: es entsteht das Gefühl der nahtlosen Verbundenheit mit der Außenwelt.

8. Glücklich-Sein wird körperlich empfunden: als Intensivierung der körperlichen Reaktionen, als körperliche Energie, als Steigerung der körperlichen Empfindungsbereitschaft und auch des spontanen körperlichen Ausdrucksvermögens. In der Ausbreitung heftiger Erregungen ins Körperliche zeigt sich die Untrennbarkeit von psychischem Erleben und Körpererleben: Psychisches ist körperlich so wie Körperliches psychisch ist. Der Übergang heftiger Erregungen ins Erotische steht im Zusammenhang mit einer erhöhten Empfindsamkeit der Haut, dem Bedürfnis nach körperlicher Berührung und körperlicher Nähe und der damit verbundenen Sinneserregung. Die Wahrnehmung einer expansiven Bewegung im Körper - subjektiv erlebt als Sich-Öffnen, greifen, Kontakt herstellen - zielt auf körperliche Vereinigung als elementarster Form menschlicher Begegnung, Berührung und damit Aufhebung von Trennung.

9. Das Erlebnis höchster Lebendigkeit, die leibnahe Erfahrung intensivsten Lebensgefühls im Glücklich-Sein kann mit einer grundsätzlichen Veränderung der normalen Bewußtseinslage verbunden sein, wie es sich in der Expansion ekstatischen Erlebens und in bewußtseinseingenden tranceartigen Erlebnisformen zeigt. Beide ermöglichen qualitativ gänzlich andersartige Erfahrungen von Selbst und Welt: sie zielen ihrem Wesen nach auf Erfahrung-von und nicht auf ein Denken-über.

Der zentrale Aspekt ekstatischen Erlebens ist hier in der Befreiung von jeglicher Begrenzung, von Eingeschlossenheit zu sehen - in der die Polarität von Subjekt und Umwelt in dem Erlebnis des "Aus-sich-heraustretens und Sich-ausweitens über alles Einzelgegenständliche" (LERSCH, 170, S. 320) aufgehoben wird.

Tranceartiges Erleben hingegen ist durch ein Gefühl des Losgelöstseins von der Umwelt und der Tendenz zur Versenkung gekennzeichnet. Beide Erlebnisformen spielen sich außerhalb der Kontrolle des normalen Bewußtseins ab.

10. Im Glücklichen-Sein wird eine uneingeschränkte Bejahung von Leben und Sinnhaftigkeit des Lebens erfahren. Dies äußert sich gerade auch in der Bejahung und Hingabe an den gegenwärtigen Augenblick. Sinn und möglicherweise die Erfahrung von Transzendenz wird damit in der starken subjektiven Betroffenheit intensivsten Erlebens erfahrbar.

Die Bejahung des Lebens wird auch als ein spezifisches Gefühl des "In-der-Welt-Seins" empfunden: das Individuum und die Welt stehen sich nicht mehr gegenüber, sondern sind aus einem Stoff, sind geteiltes, aber nicht getrenntes Gesamterleben ("verbunden sein, mit der Welt", "eingebettet sein", "ein Teil sein, der Welt"). Es ist der Ausdruck der gefühlsmäßigen Einheit von "Innen" und "Außen", von Subjekt und Außenwelt.

11. Im Erleben von Glück verändert sich unsere Bewertung von Vergangenheit und Zukunft. In der lustvollen Hingabe an den Augenblick herrscht nicht nur Gegenwart, sondern das Bewußtsein für Zeit ist aufgehoben. Wir erfahren einen Zustand der Zeitlosigkeit, der Befreiung von der zeitlichen Begrenzung.

12. Es konnte ein zentraler, die Dimensionen von Glück "dominierender" Aspekt des Erlebens in den Faktoren 1, 2, 3, 4, 7, 11 und 12 festgestellt werden, der als Gefühl der "Nähe", der Veränderung in der Enge der Beziehung

zu anderen, zu uns selbst und zu den Dingen beschrieben wurde.

13. Als mit Glück in engem Zusammenhang stehende Gefühle wurden Wohlsein, Lust und Freude empfunden.
14. Die Vielfalt der Situationen, in denen Glück erlebt wird, läßt sich zunächst unter den folgenden drei Gesichtspunkten betrachten: a) hinsichtlich der Sozialbezogenheit, b) hinsichtlich der Inhalte des Erlebens und c) hinsichtlich ihrer Bewegtheit (Dynamik bzw. Statik).

8.5. DISKUSSION

Ziel der vorliegenden Untersuchung war die Erarbeitung einer beschreibenden Ordnung in Verpflichtung zu Vielseitigkeit und optimaler wissenschaftlicher Darstellung. Über die untheoretisch eingestellte Registrierung aller Phänomene, die das Erleben von Glück kennzeichnen, sollte eine Befindlichkeitsskala zur phänomenologischen Darstellung von Empfindungen und Gefühlen des Glücks entwickelt werden. Dabei war es ein zentrales Anliegen, Aspekte einer Phänomenologie zu untersuchen, die Glückserlebnissen gemeinsam sind. Gleichzeitig sollten Kategorien entwickelt werden, mit deren Hilfe verschiedene Arten von Glück voneinander unterschieden werden können.

Im folgenden wird ein Zusammenhang zwischen den eigenen Untersuchungsergebnissen und den Untersuchungen zum "Wesen des Gefühls" von KRUEGER (1928) hergestellt, weiterhin zu der Analyse von MEADOWS (1975) und den Aussagen von LERSCH (1975). Abschluß der Ausführungen bilden Überlegungen zu dem in den Faktoren 1, 2, 3, 4, 7, 11 und 12 festgestellten Beziehungsaspekt der "Nähe", der im Erleben von Glück offenbar von herausragender Bedeutung ist und Gedanken zur Beziehung von "Lust" und "Glück".

1. KRUEGERS (1928) Untersuchungen zum Wesen emotionaler Vorgänge, seine Suche nach universellen Merkmalen von Gefühlen, zielte auf das Spezifische, "Niefehlende", das in jedem Erlebnis vorhanden ist, das also zugleich ein Allgemeines repräsentiert. Sein Bestreben war, die erlebnismäßige Selbständigkeit des Gefühls zu erweisen. Dieser Ansatz ist, besonders im Bereich der Hypothesenbildung, noch heute von grundlegender Bedeutung: Die "sogenannten Gefühlskriterien treffen - werden sie typisierend und nicht klassifizierend verstanden - explorativ eine Gegenstandsposition von Gefühl als Erlebnis, bei der empirische Hypothesenbildung der Gefühlsforschung ansetzen konnte und weiter ansetzen kann" (BOTTENBERG, 1972, S. 57).

Die den Gefühlen von Glücklich-Sein gemeinsamen Aspekte des Erlebens sind zunächst mit demjenigen gegeben, was wir in Anlehnung an KRUEGER als "bewußtseinerfüllende Breite" bzw. "Nichtgleichgültigkeit" oder positiv ausgedrückt als "Wärme" oder "Gewicht" bezeichnet und als Ergebnis der Inhaltsanalyse und der Faktorenanalyse (vgl. Kap. 8.3., Pkt. 1) herausgestellt haben. KRUEGERS (1928) Aussage, daß diese Merkmale des emotionalen Geschehens umso deutlicher hervortreten, je intensiver und tiefer die Gefühle sind, wird am Erleben von Glück beispielhaft deutlich: Glücklich-Sein drängt nicht nur nach Beachtung, sondern erfüllt das Bewußtsein des Menschen weitgehend, ja beherrscht es sogar. In diesem Zustand bekommen unsere Gedanken eine neue Richtung, Wahrnehmungen, Wertungen und individuelle Zielsetzungen werden umstrukturiert, Vergangenheit und Zukunft erscheinen in einem neuen Licht oder sind überhaupt nicht relevant. In diesem Sinne beschreibt auch GOETHE das "Übergreifen" großer Freude: "Als er aus dem ersten Taumel der Freude erwachte und auf sein Leben und seine Verhältnisse zurückblickte, erschien ihm alles neu, seine Pflichten heiliger, seine Liebhabereien lebhafter, seine Kenntnisse deutlicher,

seine Talente kräftiger, seine Vorsätze entschiedener" (Wilhelm Meisters Lehrjahre, I. Buch, 3. Kap.).

Item 42 ("Das Glücksgefühl erfüllte mich ganz") zeigt - wie bereits erwähnt - von den 82 zur Beurteilung vorgelegten Aussagen den höchsten Mittelwert. Dies kann die grundlegende Bedeutung der allgemeinen Merkmale des Gefühlsmäßigen (KRUEGER, 1928) im subjektiven Erleben nur unterstreichen. Sie lassen sich in dieser Untersuchung als gegebene Charakteristika zunächst nicht weiter zurückführen, sind jedoch - wie die Ergebnisse zeigen - für jeden normalen Erlebenden unmittelbar erfahrbar.

Der Reichtum und die Qualität an gefühlsmäßig vermittelten "Erkenntnissen", Verbindungen zu sich selbst, zu anderen und zur Umwelt im Glücklich-Sein wird in nahezu allen Erlebnisdimensionen von Inhalts- und Faktorenanalyse deutlich. Mit diesen gefühlsmäßig vermittelten Verknüpfungen wird zugleich dasjenige erfaßt, was KRUEGER (1928) als "Universalität" des Gefühls bezeichnet: "Gefühl (Glück) ist jederzeit auf alles unmittelbar bezogen, was gleichzeitig oder in erlebter Nachbarschaft damit vorgefunden wird" (zit. nach KRUEGER, 1967, S. 50), es ist im Sinne der "Universalität" korrelativ mit allen im Augenblick gegebenen Reizen verbunden. Gefühlsprozesse sind also keine vom übrigen psychischen Geschehen getrennte Prozesse. Es besteht ein Netz von Verbindungen, ohne daß dieses immer klar hervortritt. Eine Trennung aus forschungspraktischen Gründen ist artifiziell (vgl. Kap. 5.3.2.).

Wir hatten mit KRUEGER (1918) weiterhin festgestellt, daß Gefühle verschieden große individuelle Resonanz, mehr oder weniger starke Ausprägung von "Tiefe", von Einbettung in die individuell-charakteristischen Wertordnungen der Person haben (vgl. Kap. 5.3.4.). Beim Erleben von Glück werden individuell-charakteristische Wertord-

nungen (in ihrer meist unbewußt-subjektiven Bedeutsamkeit zu unterscheiden von bewußt übernommenen und sachlich-intellektuell erschlossenen) in einem nicht weiter ableitbaren emotionalen Ereignis offenbar. Dies zeigt sich in der uneingeschränkten Bejahung von Leben und Sinnhaftigkeit des Lebens, äußert sich unmittelbar in der Bejahung und Hingabe an den gegenwärtigen Augenblick. Sinn und möglicherweise die Erfahrung von Transzendenz werden also in der starken subjektiven Betroffenheit intensivsten Erlebens selbst erfahrbar. Die mit dieser Erfahrung verbundenen Aussagen über den Sinn von Dasein und Welt sind an das Wertsystem (die Philosophie) des einzelnen gebunden. Damit ist Glück ein Gefühl, das in der Tiefendimension des Erlebens höchste Ausprägung zeigt. In Kapitel 5.3.4. und 5.3.6. sind Begriff und Bedeutung von Gefühlstiefe als spezifische Gefühlsqualität, die sich von den übrigen Dimensionen des Gefühls absetzt, erörtert worden: "Die Hypothese einer Tiefendimension ist in Erwartung ihrer empirischen Validierung als wichtiger Bestandteil in ein Emotionskonzept aufzunehmen" (BOTTENBERG, 1972, S. 268).

2. In der Diskussion der Ergebnisse der Inhaltsanalyse (Kap. 8.1.5.) sind bereits die inhaltlichen Übereinstimmungen und Abweichungen der Kategorien von den MEADOWSschen Faktoren im einzelnen erörtert worden. Da die Inhalte der Textanalyse die Grundlage für die Formulierung der Fragebogenstatements waren, erübrigt sich ein erneuter, ins Detail gehender Vergleich. Er wäre aus einem weiteren Grund an dieser Stelle nur begrenzt sinnvoll: MEADOWS (1975) geht deduktiv vor, seine Befindlichkeitskala zur Darstellung von Freude ("Joy") ist die Operationalisierung theoretischer Überlegungen und die "Bestätigung" von spezifischen phänomenologischen Aspekten im Zusammenhang mit seiner Theorie (vgl. Kap. 6.2.2.).

Unter dieser Voraussetzung ergibt sich zwar teilweise eine sehr pauschale thematische Übereinstimmung der Faktoren des Erlebens von Freude ("Joy") mit den Kategorien von Inhaltsanalyse und Faktorenanalyse (vgl. Tabelle Nr. 1). Dasjenige, was sie inhaltlich jedoch im einzelnen konstituiert, weicht ab. Dies wird z. B. in den wenig spezifizierten Aussagen von Faktor 1 deutlich, mit denen lediglich die soziale Dimension von Freude festgestellt wird (vgl. Kap. 8.1.5.): Das lapidare Feststellen der sozialen Dimension von Glück ("teilen wollen") trägt wenig zu einer substantiellen Beschreibung des Phänomens bei. Es fehlen eine detaillierte, aus dem subjektiven Erleben erwachsene inhaltliche Beschreibung der Erscheinung und damit auch zentrale Aspekte des Erlebens. Dieser Mangel der von MEADOWS durchgeführten Untersuchung ist die Folge einer unsauber durchgeführten Trennung von Beschreibung und theoretischen Überlegungen. Dies zeigt erneut, daß - im Sinne von KRUEGER (1926) und RAPPAPORT (1977) - an der Forderung nach Unterscheidung von deskriptiver und hypothetisch erklärender Vorgehensweise, als wesentlicher Voraussetzung für die Untersuchung von Gefühlen, festgehalten werden muß.

Aus den oben genannten Gründen sind die von MEADOWS (1975) abweichenden Untersuchungsergebnisse nur kurz zusammenzufassen:

- Im Gegensatz zu MEADOWS, der drei Zeitfaktoren feststellen konnte (vgl. Kap. 8.1.5.), zeigt sich in den eigenen Untersuchungen nur ein Zeitfaktor (Faktor 10).
- In den eigenen Untersuchungen zeigen sich zwei gegeneinander abgrenzbare Erlebnisformen, die sich außerhalb der Kontrolle des normalen Bewußtseins abspielen: "Ekstase" (Faktor 7) und "Trance" (Faktor 9). MEADOWS konnte in seiner Untersuchung nur Ekstaseerlebnisse feststellen, die er zudem nicht als klassische Ekstasen bezeichnete (vgl. Kap. 8.1.5.).

- MEADOWS erfaßt nicht die in Faktor 4 ("Erotik") gekennzeichneten, sehr ausgeprägten körperlichen Reaktionen bzw. Empfindungen, die das Erleben von Glück charakterisieren und die - im Sinne der Untrennbarkeit von körperlichen und psychischen Vorgängen - den prägenden Charakter dieses Gefühls dokumentieren.
- Die allgemeinen Merkmale von Gefühl (KRUEGER, 1928) treten in den eigenen empirischen Untersuchungen sehr prägnant hervor und charakterisieren damit Glück als ein höchst intensives Erlebnis mit ausgeprägter Gefühlsqualität. Dieses spezifisch Gefühlsmäßige im Erleben von Glück wird in der Studie von MEADOWS nicht festgestellt.
- In den eigenen Untersuchungsergebnissen ist als zentraler, den einzelnen Faktoren "übergeordneter" Inhalt des Erlebens der Aspekt der "Nähe" bzw. der Auflösung von Distanz festzustellen: Die Veränderung in der Beziehung zu anderen, zu uns selbst und zu den Dingen. In der Untersuchung von MEADOWS wird ein solcher zentraler Erlebnisaspekt nicht erfaßt.

3. Im folgenden stellt sich die Frage, inwieweit die Ergebnisse der eigenen empirischen Untersuchungen mit den Aussagen von LERSCH (vgl. Kap. 6.1.) übereinstimmen. In einer tabellarischen Übersicht wird ein Vergleich der Aussagen durchgeführt. Die Zuordnungen sind z. T. nur begrenzt eindeutig, da die von LERSCH herausgearbeiteten Aspekte des Erlebens von Glück an ein sehr weit gefaßtes Begriffssystem gebunden und teilweise wenig spezifiziert sind. Dennoch ergeben sich interessante Übereinstimmungen. (In den sich anschließenden Erklärungen werden die von LERSCH verwendeten Begriffe nicht nochmals inhaltlich erörtert, hier wird auf Kap. 6.1. verwiesen.)

Tabelle 28: Zusammenhang zwischen den Erlebnisdimensionen des Fragebogens "Erleben von Glück" und der Phänomenologie des Glücks von LERSCH (1970)

I. LERSCH: Phänomenologie des Glücks

II. Erlebnisdimensionen des Fragebogens

ALLGEMEINE KENNZEICHEN:

- | | |
|--|--|
| 1. Gefühlsregung des "lebensdigen Daseins", der <u>Da-seinsbereicherung</u> , zu denen weiterhin die <u>Lust</u> , das <u>Vergnügen</u> , das <u>Entzücken</u> und in der stärksten Ausprägung die <u>Ekstase</u> gehören. | 1. Faktor 3: Öffnung der Sinne, Lust in den unmittelbaren Empfindungen sinnlicher Wahrnehmung
Faktor 6: Spontaner Ausdruck überfließender Energie
Faktor 7: Ekstase 1) |
| 2. Gefühlsregung des "Über-sich-hinausseins", das die folgenden mitmenschlichen Gefühle umfaßt: <u>Sympathie</u> , <u>Achtung</u> , <u>Verehrung</u> , <u>Mitgefühl</u> und <u>Liebe</u> . | 2. Faktor 1: Qualität der menschlichen Beziehungen |
| 3. Gefühlsregung der "wissenden und schaffenden Teilhabe" und der "enthebenden Teilhabe": <u>Schaffensfreude</u> , <u>künstlerische Ergriffenheit</u> , <u>metaphysische Gefühle</u> . | 3. Faktor 7: Schöpferische Kraft
Faktor 8: Transzendenz |

SPEZIFISCHE KENNZEICHEN:

- | | |
|--|---|
| 4. <u>Veränderung der Wahrnehmung</u> : gesteigerte <u>Wachheit</u> , stärkere <u>Prägnanz</u> (dargestellt über das Symbol des Lichts). | 4. Faktor 3: Öffnung der Sinne, Lust in den unmittelbaren Empfindungen sinnlicher Wahrnehmung |
| 5. <u>Allgemeine Steigerung der Energie</u> , der <u>Lebendigkeit</u> | 5. Faktor 6: Spontaner Ausdruck überfließender Energie |
| 6. Es gibt <u>erregte</u> und <u>stille</u> Formen von Glück (antriebsstark bzw. antriebsarm) | 6. Faktor 5: Ruhe und Entspannung
Faktor 6: s. oben |
| 7. Starke Ausprägung von <u>Tiefe</u> ("Wertergriffenheiten") | 7. Faktor 11: Bejahung von Leben und Sinnhaftigkeit des Lebens
Faktor 8: Transzendenz |
| 8. Antriebsgestalt: <u>Gebärde</u> des "Sich-Öffnens, <u>Umfassens</u> und <u>Sich-Verschenkens</u> " | 8. "Nähe" (als ein den einzelnen Faktoren "übergeordneter" Erlebnisaspekt, der in den Faktoren F 1, F 2, F 3, F 4, F 7, F 11, F 12 besonders deutlich wird) |

1) Wegen des großen Allgemeinheitsgrades von LERSCHs Aussage (Gefühlsregung des "lebendigen Daseins") ist eine Zuordnung hier nur mit Ein-

Inhaltliche Übereinstimmungen mit den von LERSCH (1970) beschriebenen Erlebnismerkmalen ergeben sich in den Faktoren 1, 2, 3, 5, 6, 7 und 8. Auffallend ist, daß der sowohl in Inhalts- als auch in Faktorenanalyse beschriebene Zusammenhang zwischen psychischem Erleben und Körpererleben nicht erfaßt wird. Glücklich-Sein spiegelt sich nicht nur in einer allgemeinen Steigerung der Energie, sondern ebenso in einer Steigerung der körperlichen Sensitivität, die zumeist mit dem starken Bedürfnis nach körperlicher Nähe verbunden ist.

Auch das Zeiterleben (Faktor 10) und die für Glücklich-Sein spezifische Qualität der Selbstwahrnehmung und Selbstbewertung (Faktor 12) werden nicht erkannt.

Zusammenfassend läßt sich jedoch feststellen, daß erstaunlich viele inhaltliche Entsprechungen zwischen den von LERSCH (1970) beschriebenen Aspekten des Erlebens von Glück und den eigenen Untersuchungsergebnissen bestehen. Mit der Gebärde des "Sichöffnens", des "Umfassens" und "Sich-Verschenkens" (Antriebsgestalt) erfaßt LERSCH zudem ein Merkmal von Glücklich-Sein, das inhaltlich demjenigen entspricht, was in den eigenen Untersuchungen als den einzelnen Faktoren "übergeordneter" Erlebnisaspekt festgestellt wurde. Wir hatten ihn mit dem Begriff der "Nähe" bzw. "Distanz" bezeichnet, er wird im folgenden Diskussionspunkt erörtert.

4. In den Erlebnisdimensionen 1, 2, 3, 4, 7, 11 und 12 wurde ein den einzelnen Faktoren gemeinsamer inhaltlicher Aspekt festgestellt, der offenbar von dominierender Bedeutung ist: der Aspekt der "Nähe", der Veränderung in der Enge der Beziehung zu anderen, zu uns selbst und zu den Dingen.

Im Erlebnis von Nähe verändern sich objektiv gegebene raumzeitliche Abstände: gegebene Distanzen zwischen Innen und Außen schwinden, die Trennung zwischen Subjekt und Objekt ist aufgehoben, es entsteht das Gefühl der nahtlosen Verbundenheit, der gefühlsmäßigen Einheit mit der Außenwelt.

Wir können uns selbst sowie andere Menschen und Dinge außerhalb von uns "fühlen". Das so Erfühlte und in diesem Zustand Verstandene wird nicht länger als etwas Fremdes, von uns Getrenntes erlebt, sondern als etwas zur eigenen Person Gehöriges: es verliert seine Distanz von uns. In der Unmittelbarkeit der überwältigenden Empfindung des Glücks entsteht in der Beziehung von Mensch zu Umwelt eine neue Dimension - das Erlebnis gefühlsmäßiger Nähe, Auflösung gegebener Distanzen, sogar bis zur Fusion.

In der Beschreibung subjektiven Erlebens bezeichnen die Begriffe Nähe und Distanz ein Maß, einen Abstand; dieser gefühlsmäßige Abstand ist jedoch keine feststehende Größe, sondern ein spezifisches Merkmal jeglicher Beziehung. In ihr kommen Nähe und Distanz real ins Spiel, mit jeder Gefühlsveränderung ändert sich die Art meiner Beziehung, die Art meines Kommunizierens und damit die erlebte Nähe bzw. Distanz: "Die subjektive oder erlebte Distanz ist das Maß, mit dem der Bezug zu allem, was zum Bewußtseinsinhalt werden kann, bestimmt wird" (TUNNER, 1981, S. 13).

Von unangenehmen Dingen nehmen wir Abstand - sogar im räumlichen Sinne. Wir finden sie "abstoßend", vergrößern die Distanz, verschließen uns (Mund, Nase, Ohren, Augen, wenden uns in Vorstellung und Gedanken ab). Angenehme Dinge hingegen empfinden wir als "anziehend" und haben die Tendenz, uns ihnen zu nähern, sie mit den Sinnen zu begreifen: sie anzuschauen, zu betasten, sie zu riechen, zu schmecken - sie uns "einzuverleiben". Über das subjektiv erlebte raum-zeitliche Merkmal der Nähe hinaus wurden die gefühlsmäßig vermittelten Beziehungen im Glücklich-Sein von den Befragten über die Bewegung des Sich-Öffnens (des Hereinlassens) charakterisiert. Fassen wir diese Merkmale der erlebten Beziehungen im Glücklich-Sein zusammen und stellen sie denjenigen gegenüber, die unangenehme Gefühle kennzeichnen, so ergibt sich folgendes beschreibende Schema:

	<u>GLÜCK</u>	<u>UNANG. GEFÜHLE</u>
<u>RAUM-ZEITL. MERKMAL</u>	Nähe	Distanz
<u>BEWEGUNGSFORM</u>	Sich-öffnen	Sich-verschließen
<u>BEWEGUNGSRICHTUNG</u>	Annäherung	Abwendung
<u>BEWEGUNGSZIEL</u>	Vereinigung	Trennung

Die oben genannten Beziehungsmerkmale sind für das Erleben von Glück von zentraler Bedeutung. Möglichkeiten, diese Erscheinungen zu erklären, stehen aus.

LIPPS (1906) hat versucht, den Prozeß des Gefühls, die Qualität der Beziehung zwischen dem erlebten Gegenstand des Gefühls und dem erlebenden Subjekt anhand der Begriffe "Apperzeption" und "Einfühlung" näher zu kennzeichnen: über diese Vorgänge entstehe die Wechselbeziehung zwischen erlebter Innen- und Außenwelt (vgl. Kap. 5.2.3.).

Auf TUNNERS (1979, 1980) ausführliche Überlegungen zum Begriff der subjektiven Distanz wird in diesem Zusammenhang verwiesen.

5. Als mit Glück "zusammengehörige" Gefühle wurden von den befragten Personen u. a. "Wohlsein" und "Lust" genannt (vgl. Inhaltsanalyse, Kat. 16). In beiden empirischen Untersuchungen waren u. a. Merkmale von Glück formuliert worden, die in der Lust unmittelbarer Empfindungen sinnlicher Eindrücke gegeben sind (Inhaltsanalyse, Kat. 7, 15; Faktorenanalyse Faktor 3 und Faktor 4). TUNNER (1978) hat in seinem Übersichtsartikel die Bedeutung des Zusammenhangs zwischen Glück und dem Augenblick des Lustvollen hervorgehoben.

Lust und Unlust werden in der psychologischen Literatur als wesentliche Grundqualitäten von Gefühl aufgeführt (vgl. BOTTENBERG, 1972). Über den spezifischen Gefühlsgehalt von Lust wird in den empirischen Untersuchungen

zur Dimensionierung von Gefühlserlebnissen jedoch wenig gesagt.

Versuchen wir einmal, uns anhand der eigenen Untersuchungen und anhand der Ausführungen von LERSCH (1970) und TUNNER (1978) einige wichtige Merkmale desjenigen bewußt zu machen, was wir mit "Lust" bezeichnen - um den Zusammenhang mit Gefühlen des Glücks verdeutlichen zu können.

- LERSCH (1970) sieht den Gefühlsgehalt der Lust in der "Erfüllung der im Lebensdrang enthaltenen Thematik des Lebendigen Daseins" (S. 232). Lust steigert die Vitalität und hat dadurch ihren Sinn in sich selbst, befriedigt in sich selbst. Sie ist zunächst nicht auf äußere Zweckmäßigkeiten gerichtet: "In allen Vollzügen des Genießens, in allen Erlebnissen der Lust erfahren wir ein verstärktes Strömen, eine Intensivierung des Lebens in uns" (S. 232). Der Lust entspricht die "Geste des Hineinnehmens, des In-sich-Aufnehmens, des Einatmens, Einsaugens und Auskostens" (S. 233). Der Genuß scheint am ungebrochensten, wenn nur der Augenblick zählt. Er kann so in unmittelbarer vegetativer Intensität, ohne Überschattung von Vergangenheits- und Zukunftsgedanken erlebt werden.
- Lust ereignet sich nicht durch die Konzentration auf das Lustgefühl: je hartnäckiger ich nach ihm suche, desto wahrscheinlicher werde ich es verfehlen. Durch meine Empfindsamkeit kann ich mich der Lust jedoch öffnen: In der Offenheit für das "Objekt der Lust", in der Hingabe an dasjenige, was wir tun - was wir sehen, hören, riechen, schmecken, tasten usw. - also in der Hingabe an die Unmittelbarkeit sinnlicher Empfindungen des gerade Gegebenen wird dasjenige möglich, was wir als Erlebnis der Lust bezeichnen. Dies wird in den Ergebnissen unserer Untersuchungen deutlich: das Lustgefühl ist nicht selber Substanz, sondern es "haftet" an irgend-etwas, ist Merkmal von etwas.

- In der Ausschließlichkeit der Lust treten Denken und Wollen hinter dem Fluß der Gefühle zurück: "Die Lust ist erfüllt von Hingabe und Nähe an die Vielzahl ihrer möglichen Reize, aber unsere Gedanken dabei, so sehr sie die Qualitäten lustvoller Erregungen mitbedingen mögen, erscheinen doch unklar" (TUNNER, 1978, S. 295).

Lust vergeht relativ schnell, zurück bleibt meist ein Gefühl der Enttäuschung und Leere.

Worin ist nun der Zusammenhang zwischen Glück und dem Augenblick des Lustvollen zu sehen? TUNNER (1978) hat einen ersten begrifflichen Rahmen für diese Thematik entworfen, er wird im folgenden wiedergegeben:

"Lust als das Unmittelbare im Eindruck sinnlicher Erregung oder Ruhe gibt Anlaß, sie in der Entstehung des Glücks an den Anfang zu setzen. Unmittelbar heißt auch, seinem Inhalt nahe sein und diese Nähe zum Gegenstand des lustvoll Erlebten scheint im Glück durch das Gedachte Dauer zu erhalten. ... Das Lustvolle vergeht rasch. Zurück bleibt oft ein schaler Geschmack. Die eben noch erlebte Nähe lustvoller Hingabe schwindet dahin. Ihr Inhalt verliert sich im Dunkel des noch nicht Gedachten, und was bleibt, ist das Unglück im dumpfen Gefühl der Trennung. Sollten wir daher zum lustvollen Augenblick schon mit der Einstellung antreten, daß er uns keinen tragenden Begriff zurückläßt? Die Vorhersage, daß es so ist, vermindert zwar den Schmerz, der dem Flüchtigen folgt, aber sie zehrt auch am Lustvollen selbst. Deshalb gilt es, die Lust an ein Gefühl zu binden, das stärker als sie selbst auf die Dauer des Gedanklichen bezogen ist. Ohne im Vorausblick des Vergänglichen der Lust, diese zu mindern, läßt sie sich als das Elixier für ein begrifflich Gedachtes vorstellen, das selbst wieder das Gefühl des Glücks hervorruft. Glück ist, dieser Annahme zufolge, an das Unmittelbare der Lust und an das Mittelbare des Gedachten gebunden. Lust ist An-

reiz, das in ihr Erlebte auch zu begreifen und sie dadurch aus dem allzu Flüchtigen zu retten. In diesem Übergang des unmittelbar Erlebten zum begrifflich Gedachten dürfte die Möglichkeit liegen, Glück zu haben. Aber diese Annahme ist so allgemein, daß wir sie ebensogut in den Wind hätten schreiben können. Zumindest dann, wenn sie unter dem Gesichtspunkt des experimentell Überprüfbaren gesehen wird. Vom Standpunkt noch vorwissenschaftlicher Erfahrungen jedoch gibt sie uns bereits einen ersten begrifflichen Rahmen. Es wird uns darin klar, daß Glück die Dauer der Lust im Gedachten bedeutet, und daß ihre Eigenart sowohl von der Qualität und Stärke der Lust als auch von der begrifflichen Verarbeitung abhängt. Aussagen, Glück zu haben, müßten also Merkmale besitzen, an welchen Spuren des lustvoll Erlebten noch zu erkennen sind und deren Qualität vom Ausmaß des gedanklich Möglichen bestimmt wird." (S. 295)

Glück ist demnach an das Unmittelbare der Lust und das Mittelbare des Gedachten gebunden. Das Gedachte läßt sich anhand der erörterten Dimensionen durch Aussagen über den Sinn des Erlebten beschreiben, es kennzeichnet die Grundhaltung des Einzelnen: "Welcher Theorie die Überzeugung des Einzelnen gilt, dürfte dabei weniger den Ausschlag für die Eigenart des Glücks geben, als vielmehr, daß sie überhaupt gedacht wird" (TUNNER, 1978, S. 296) - Glück ist an subjektive Werte gebunden.

"Glück" ist von anderen Begriffen abgehoben aufgrund seiner individuell-vielfältigen Interpretierbarkeit, so daß er zunächst ein formaler, inhaltsleerer Begriff ist. Er wird bewußt zumeist erst nachträglich mit den verschiedensten Inhalten aufgefüllt, mit individuellen Wertvorstellungen (die, im Sinne KRUEGERS, weitgehend die Tiefendimension der Person bestimmen), Aussagen über den Sinn von Dasein und Welt. Damit enthüllt sich die Frage nach dem Glück - scheinbar so pragmatisch - als Sinnfrage schlechthin: Glück ist - im weitesten Sinne - über das Gefühl vermittelte, ungeteilte Bezogenheit der Person auf

eine Situation, die bejaht wird. Glücklich-Sein wird als ein Zustand empfunden, der keine Steigerungsmöglichkeit in sich trägt, da er das absolute Höchstmaß an Sinn und Sinnlichkeit, an Wohlsein, an Erfüllung, an Harmonie ist. Das Fehlen einer Steigerungsmöglichkeit ist für den Menschen ein paradiesischer Zustand - oder im Negativen der Tod.

Das Phänomen der Lust in der Unmittelbarkeit des Sinneserlebnisses benötigt Zeit, um sich entwickeln zu können. Der sofortige Versuch der Begriffsbildung wird die Hingabe an das Objekt, den Vorgang des Sichöffnens verhindern. Das begriffliche Fassen des Gegebenen aktiviert offensichtlich andere psychische Funktionen, die sich mit dem eher empfangenden Vermögen der sinnlichen Aufnahme zeitlich nicht zur Deckung bringen lassen. Auch können wir davon ausgehen, daß die volle emotionale Erfahrung mit einer Situation nicht sofort auftritt, sondern einige Zeit beansprucht, um sich im Umgang mit dem "Gegenüber" entfalten zu können: in der Polarität von Augenblick und Dauer kann der Dialog sein eigenes Expansionselement erzeugen.

8.6. WEITERFÜHRENDE FRAGEN

Im Hinblick auf Möglichkeiten der Verwendung der für unsere Untersuchung entwickelten Gefühlsskala "Erleben von Glück" bleiben eine Reihe von Fragen durch weitere Untersuchungen zu klären:

- Die Arbeit sollte an wenigstens einer anderen Stichprobe aus der gleichen Population wiederholt werden, so daß die Stabilität des Faktorenmodells überprüft werden kann. Obwohl nicht zu erwarten ist, daß dieselben Faktoren mit denselben Ladungen auftreten, da die Verteilungen vermutlich variieren, gehen wir davon aus, daß eine grundlegende inhaltliche Übereinstimmung in den Erlebnisdimensionen auftreten wird.

- Es ist zu fragen, welche Faktoren in Verbindung mit unterschiedlichen Inhalten des Erlebens von Glück stehen (z. B. Natur, Einsicht, vgl. Kap. 8.3.).
- Weiterhin ist von Interesse, ob sich signifikante Abweichungen im Erleben von Glück zwischen bestimmten Populationen zeigen, die sich in bezug auf Alter, Geschlecht, Ausbildungsniveau, Religion oder andere Merkmale unterscheiden.
- Besteht ein Zusammenhang zwischen Persönlichkeitsmerkmalen und spezifischen Erlebnisdimensionen von Glück?
- Es bleibt schließlich zu überlegen, ob und in welcher bearbeiteten Form die Gefühlsskala für Therapiekontrollmessungen zu verwenden wäre, um eine positive Veränderung in bezug auf das Erleben relevanter Therapiesituationen festzustellen.

Neben diesen direkt auf die Verwendung der Gefühlsskala bezogenen Fragen ergeben sich aufgrund der Untersuchungsergebnisse zunächst folgende Themenkreise für Untersuchungen zur Psychologie des Glücks an:

- Untersuchungen zur subjektiven oder erlebten Distanz als Maß zur Bestimmung der Qualität der Beziehung zu Menschen und Dingen.
- Untersuchungen zur Einfühlung, d. h. demjenigen Prozeß, den LIPPS (1906) als das "innere Mitmachen" bezeichnet. Es wäre notwendig, allgemeine und individuelle Bedingungen für das Auftreten gefühlsmäßiger Wahrnehmungen zu überprüfen. Der Vorgang der Einfühlung ist über introspektive Beobachtungen und vergleichende, intersubjektiv gültige Beschreibungen inhaltlich darstellbar und damit analysierbar.
- Die in Kapitel 7 sehr ausführlich dargestellten allgemeinen konzeptionellen Überlegungen sind für weiterführende Untersuchungen von grundlegender Bedeutung, es wird hier auf sie verwiesen.

9. GESAMTZUSAMMENFASSUNG

In der vorliegenden Arbeit wird eine Analyse des Erlebens von Glück durchgeführt. Ausgangspunkt des theoretischen Teils der Arbeit sind Überlegungen zur Analyse von Glück im Rahmen psychologischer Untersuchungen. Es folgt eine Kritik der allgemeinen Tendenz in der psychologischen Forschung, Gefühle den intervenierenden motivationalen Variablen zuzuordnen. An diese Überlegungen schließt sich die Frage an, wie dasjenige, was wir als "empfundenes Gefühl" bezeichnen, im Kontext wissenschaftlicher Analysen dargestellt und theoretisch integriert wird. Grundlage dieser Ausführungen bilden Untersuchungsergebnisse und theoretische Ansätze aus der deutschen Gefühlspsychologie, sie konzentrieren sich auf Darstellung und Diskussion der in der modernen Emotionspsychologie weitgehend vernachlässigten Merkmale von Gefühl im subjektiven Erleben. Erörterungen von Untersuchungen zum Erleben von Glück und allgemeine konzeptionelle Überlegungen schließen den theoretischen Teil ab.

Im empirischen Teil der Arbeit wird eine Befindlichkeitsskala entwickelt - und 293 Personen zur Beurteilung ihrer Glückserlebnisse vorgelegt -, die spezifische Merkmale des Erlebens von Glück erfaßt: ein Instrument zur phänomenologischen Darstellung von Empfindungen und Gefühlen des Glücks, mit dessen Hilfe einzelne Dimensionen des Erlebens voneinander unterschieden werden können. Grundlage dieser Befindlichkeitsskala bildet eine umfassende Aufnahme jener Variablen, die Glücklich-Sein kennzeichnen, sie erfolgt über eine Inhaltsanalyse von Erlebnisbeschreibungen (N = 105) von Glück. Anhand der Untersuchungsergebnisse werden Aspekte des Prozesses des positiven Gefühls auf der Basis der theoretischen Überlegungen und im Vergleich zu anderen Untersuchungen reflektiert. Abschließend werden Fragen für weiterführende Untersuchungen aufgeworfen.

10. LITERATURVERZEICHNIS

- ABELSON, R.P. & ROSENBERG, M.J. Symbolic psychologic:
A Model of attitudinal cognition. Behavioral Science,
1958, 3, 1 - 13.
- AMERY, J. Idealismus, Engagement und Verzicht. In H. Kundler
(Hrsg.), Anatomie des Glücks. Köln: Kiepenheuer & Witsch,
1971.
- ANDERSON, J.R. Language memory, and thought. Hillsdale,
N.Y.: Erlbaum, 1976.
- ANDERSON, J.R. & BOWER, G.H. Human associative memory.
Washington, D.C.: Winston, 1973.
- ANSCHÜTZ, G. Psychologie. Hamburg: Meiner, 1953.
- ARNOLD, M.B. Emotion and personality. New York: Columbia,
1963.
- ARNOLD, W. Person, Charakter, Persönlichkeit. Göttingen:
Hogrefe, 1957.
- ATKINSON, W.J. Einführung in die Motivationsforschung.
Stuttgart: Klett, 1975
- BARTLETT, F.C. Remembering: A study in experimental and
social psychology. Cambridge, Engl.: Cambr. Univ. Press,
1932.
- BERELSON, B. Content analysis in communication research.
Glencoe, Ill.: Free Press, 1952.
- BERELSON, B. Content analysis. In G. Lindzey (Ed.),
Handbook of Social Psychology. London: Addison-Wesley,
1959.
- BERLYNE, D.E. Conflict, arousal and curiosity. New York:
McGraw-Hill, 1960.

- BERLYNE, D.E. Curiosity and exploration. Science, 1966, 153, 25 - 33.
- BESSLER, H. Aussagenanalyse. Düsseldorf: Bertelsmann, 1972.
- BINET, A. La nature de l'emotion. J. Psychol., 1911, 258 - 271.
- BIRBAUMER, N. Neuropsychologie der Angst. München: Urban & Schwarzenberg, 1973.
- BIRBAUMER, N. Physiologische Psychologie. Berlin: Springer, 1975.
- BOBROW, D.G. & COLLINS, A. Representation and understanding. New York: Academic Press, 1975.
- BOLLNOW, O.F. Das Wesen der Stimmungen. Frankfurt: Klostermann, 1956.
- BOTTENBERG, E.H. Emotionspsychologie. München: Goldmann, 1972.
- BRADBURN, N.M. The structure of psychological well-being. Chicago: Aldine, 1969.
- BRADBURN, N.M. & CAPLOVITZ, D. Reports on happiness. Chicago: Aldine, 1965.
- BRANDL, E. Die implizite Persönlichkeitstheorie im Übertrittsgutachten zur höheren Schule. (unveröff. Diplomarbeit) Universität München: 1978.
- BRANDSTÄTTER, H. Wohlbefinden und Unbehagen - ein neuer Ansatz der Befindlichkeitsforschung. Vortrag auf dem 30. Kongreß des DGfPs. Regensburg: 1976.
- BRUNNER, A. Die personale Psychologie William Sterns und die Charakterologie. In H. Balmer (Hrsg.), Die Psychologie des 20. Jahrhunderts, Bd. I. Zürich, Kindler, 1976.

- BUSS, A. Psychology, man in perspective. New York: Wiley, 1973.
- BÜHLER, CH. Vorstellungen von Glück in unterschiedlichen Altersstufen in den Vereinigten Staaten. In H. Kundler (Hrsg.), Anatomie des Glücks. Köln: Kiepenheuer u. Witsch, 1971.
- BYRNE, D. Repression - sensitization as a dimension of personality. In B.A. Maher (Ed.), Progress in experimental personality research. New York: Academic Press, 1964.
- CARLSON, E.R. The affective tone of psychology. J. Gen. Psychol., 1966, 75, 65 - 78.
- CATTELL, R.B. The scientific use of factor analysis. New York: Plenum Pr., 1978.
- CHESSICK, R.D., BASSAM, M. & SHATTAN, S. A comparison of the effect of infused catecholamines and certain affect states. Amer. J. Psychiat., 1966, 126, 156 - 165.
- COFER, CH.N. Motivation und Emotion. München: Juventa, 1975.
- CORNELIUS, H. Psychologie als Erfahrungswissenschaft. Leipzig: Engelmann, 1897.
- CROWDER, R.G. Principles of learning and memory. Hillsdale N.Y.: Erlbaum, 1976.
- DANSEREAU, M. L'emotion. Psychoth. Psychosom., 1965, 13, 499 - 465.
- DAVISON, G.C. & NEALE, J.M. Abnormal psychology: An experimental approach. New York: Wiley, 1974.
- DEJEAN, R. L'emotion. Paris: Alcan, 1933.
- DELHEES, K.H. Motivation und Verhalten. München: Kindler, 1975.

- DUFFY, E. An explanation of "emotional" phenomena without the use of the concept of "emotion". J. Genet. Psychol., 1941, 25, 283 - 293.
- DUFFY, E. Activation and behaviour. New York: Wiley, 1962.
- EHRENSTEIN, W. Probleme des höheren Seelenlebens. München: Reinhardt, 1965.
- ERTEL, S. Die emotionale Natur des semantischen Raumes. Psychologische Forschung, 1964, 28, 1 - 32.
- EWERT, O. Gefühle und Stimmungen. In H. Thomae (Hrsg.), Allgemeine Psychologie, II. Motivation, Hdb. der Psychologie, Bd. 2. Göttingen: Hogrefe, 1965.
- FISCHEL, W. Struktur und Dynamik der Psyche. Bern: Huber, 1962.
- FREEDMAN, J. & SHAVER, PH. Your pursuit of happiness. Psychology Today, 8, 1976.
- FRAISSE, P. Les emotions. In P. Fraisse & J. Piaget (Hrsg.), Traité de psychologie experimentale. Vol. 5, Motivation, emotion et personnalité. Paris: Presses universitaires de France, 1963.
- FROMM, E. Die Kunst des Lebens. Frankfurt/M.: Ullstein, 1979
- FRONBERG, E. Control of emotional behaviour through the hypothalamus and amygdaloid complex. In CIBA Foundation symposium 8. Physiology, emotion, and psychosomatic illness. New York: Assoc. Scient. Publishers, 1972.
- FRY, P.S. Success, failure, and self-assessment ratings. J. of Consult. Clinic. Psychol., 1976, 44, 413 - 419.
- GAENSSLEN, H. & SCHUBÖ, W. Einfache und komplexe statistische Analyse. München: Reinhardt, 1976.

- GARCIA, M.P. La imagination natural. Madrid: Fund. Juan March, 1977.
- GOUAUX, L. Induced affective states and interpersonal attraction. Paper presented at the meeting of the Southwestern Psychological Association. St. Louis: 1970.
- GURIN, G., VEROFF, J., & FELD, S. Americans view their mental health. Ann Arbor: University of Michigan, Survey Research Center, 1960.
- GUTTMAN, L. Some necessary conditions for common factor analysis. Psychometrika, 1954, 19, 149 - 161.
- HAENSEL, C. Das Wesen der Gefühle. Überlingen: Werner Wulff, 1946.
- HALLAQ, J.H. Scaling and factor analyzing peak experiences. J. of Clinical Psychol., 1977, 1, S. 77 - 83.
- HEBB, D.P. Drives and the C.N.S. (Conceptual nervous system). Psychol. Rev., 1955, 62, 243 - 254.
- HEIDER, F. The psychology of interpersonal relations. New York: Wiley, 1958.
- HERKNER, W. Inhaltsanalyse. In J. Koolwijk & M. Wieken - Mayser (Hrsg.), Techniken der empirischen Sozialforschung, Bd. 3. München: Oldenbourg, 1975.
- HEUSS, E. (Hrsg.) Felix Krueger, zur Philosophie und Psychologie der Ganzheit: Schriften aus den Jahren 1918 - 1940. Berlin: Springer, 1953.
- HILLMANN, J. Emotion: a comprehensive phenomenology of theories and their meanings for therapy. London: Routledge & Paul, 1960.
- HOFSTÄTTER, P.R. Psychologie. Frankfurt: Fischer, 1971.
- HOLMES, D.S. Differential change in affective intensity and the forgetting of unpleasant personal experiences. J. of Personality and Social Psychol., 1970, 15, 234 - 239.

- HOLSTI, O.R. Content analysis. In G. Lindzey & E. Aronson (Eds.), The handbook of social psychology, Vol. 2. Reading, Mass.: Addison-Wesely, 1968.
- ITTELSON, W.H. Environment, perception and contemporary perceptual theory. In W.H. Ittelson (Ed.), Environment and cognition. New York: Seminar Press, 1973.
- IZARD, C.E. Patterns of emotion. New York: Academic Press, 1972.
- IZARD, C.E. On the development of emotions and emotion-cognition relationship in infancy. In M. Lewis & L. Rosenblum (Eds.), The development of affect. New York: Plenum Press, 1978.
- IZARD, C.E. Emotions as motivations: An evolutionary - developmental perspective. In R. Dienstbier (Ed.), Nebraska Symposium on Motivation (Vol. 27). Lincoln: University of Nebraska Press, 1979.
- IZARD, C.E. & TOMKINS, S.S. Affect and behaviour: Anxiety as a negative affect. In C.D. Spielberger (Hrsg.), Anxiety and behaviour. New York: Academic Press, 1966.
- IZARD, C.E., WEHMER, G.M., LIVSEY, W.J. & JENNINGS, J.R. Affect, awareness, and performance. In S.S. Tomkins & C.E. Izard (Eds.), Affect, cognition, and personality. New York: Springer, 1965.
- JACOBS, A. Mood-emotion-affect: The nature of and manipulation of affective states with particular reference to positive affective states and emotional illness. In A. Jacobs & L.B. Sachs, The psychology of private events. New York: Academic Press, 1971.
- JANET, P. De l'angoisse à l'exstase. Etude sur les croyances et les sentiments. Vol. 2. Paris: Alcan, 1926.
- JEANSON, F. Signification humaine du rire. Paris: Éditions du Seuil, 1950.
- KINTSCH, W. The representation of meaning in memory. Hillsdale, N.Y.: Erlbaum, 1974.

- KOESTLER, A. The act of creation. London: Hutchinson, 1964.
- KRACAUER, S. The challenge of qualitative content analysis. Public Opinion Quarterly, 1952, 16, 69 - 106.
- KRUEGER, F. Die Tiefendimension und die Gegensätzlichkeit des Gefühlslebens. (Erstmals erschienen in: Festschrift Johannes Volkelt zum 70. Geburtstag. München: Beck'sche Verlagsbuchhandlung, 1918) In F. Krueger, Über das Gefühl. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Sonderausgabe 1967.
- KRUEGER, F. Zur Einführung - Über psychische Ganzheit. Neue Psychol. Studien I, München: Beck, 1926.
- KRUEGER, F. Das Wesen der Gefühle. (1. Aufl. Leipzig: Akademische Verlagsgesellschaft, 1928) In F. Krueger, Über das Gefühl. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Sonderausgabe 1967.
- KRUEGER, F. Zur Philosophie und Psychologie der Gesamtheit; Schriften aus den Jahren 1918 - 1940. Berlin: Springer, 1953.
- KUNDLER, H. Anatomie des Glücks. Köln: Kiepenheuer & Witsch, 1971.
- LAGACHE, D. Vues psychoanalytiques sur les emotions. Psychol. Franc., 1958, 3, 66 - 75.
- LANGER, S. Mind: An essay on human feeling, Vol. 1. Baltimore: John Hopkins University Press, 1967.
- LATOUR, M. Premier principes d'une theorie générale des emotions. Paris: Alcan, 1935.
- LAXER, R.M. Relation of self-rating to mood and blame, and their interaction in depression. J. Consult. Psychol., 1964, 28, 538 - 546.
- LAZARUS, A.A. Emotions and adaptation. Conceptual and empirical relations. Nebraska Symposium on Motivation, 1968, 175 - 270.

- LAZARUS, S.L., AVERILL, J.R. & OPTON, E.M. Ansatz zu einer kognitiven Gefühlstheorie. In N. Birbaumer, Neuropsychologie der Angst. München: Urban & Schwarzenberg, 1973.
- LEEPER, R.W. A motivational theory of emotion to replace "emotion" as disorganized response". Psychol. Review, 1948, 55, 5 - 21.
- LEEPER, R. The motivational theory of emotion. In C.L. Stacey & M.F. De Martino (Hrsg.), Understanding human motivation. Cleveland: A Allen, 1963.
- LEEPER, R. Some needed developments in the motivational theory of emotions. In D. LEVINE (Ed.), Nebraska symposium on motivation. Lincoln: Univ. Nebraska Press, 1965.
- LEHR, U. Vorstellungen von Glück in verschiedenen Lebensaltern. In H. Kundler (Hrsg.), Anatomie des Glücks. Köln: Kiepenheuer u. Witsch, 1971.
- LERSCH, PH. Aufbau der Person. München: Barth, 1970.
- LEXIKON DER PSYCHOLOGIE. Freiburg: Herder, 1971.
- LINDSLEY, D.B. Emotion. In S.S. Stevens, Handbook of experimental psychology. New York: Wiley, 1951.
- LIPPS, TH. Vom Fühlen, Wollen und Denken. Leipzig: Barth, 1902.
- LIPPS, TH. Leitfaden der Psychologie. Leipzig: Engelmann, 1906.
- LISHMAN, W.A. Selective factors in memory. Part. I.: Age, sex and personality attributes. Psychol. Med., 1972, 2, 121 - 138.
- LISHMAN, W.A. Selective factors in memory. Part II.: Affective disorder. Psychol. Med., 1972, 2, 248 - 253.
- LISHMAN, W.A. The speed of recall pleasant and unpleasant experiences. Psychol. Med., 1974, 4, 212 - 218.
- LLORENS, L.J. & LLORENS, J.A. (Ed.), Antologia del amor. (Primera selección). Barcelona: Acervo, 1967.

- LUDWIG, A.M. Trance. Comprehensive Psychiatry, 8, 1967.
- MAHER, B.A. Principles of psychopathology: An experimental approach. New York: McGraw-Hill, 1966.
- MALRIEX, P. L'étude génétique des émotions. Psychol. Franc., 1958, 3, 76 - 84.
- MARCUSE, L. Philosophie des Glücks. Zürich: Diogenes, 1972.
- MARÍN, C.A. El arte, la emoción y la musica. Discurso. Zaragoza: Real Academia de nobles y bellas artes, 1941.
- MASLOW, A.H. Deficiency motivation and growth motivation. In: Nebraska Symposium on Motivation. Lincoln: Univ. Nebraska Press, 1955.
- MASLOW, A.H. Psychologie des Seins. München: Kindler, 1973.
- MASLOW, A.H. Motivation und Persönlichkeit. Freiburg: Walter, 1977.
- MEADOWS, C.M. The phenomenology of joy, an empirival investigation. Psychol. Rep. 1975, 37, 39 - 54.
- MELTZOFF, A.N. Imitation of facial and manual gestures by human neonates. Science, 1977, 198, 75 - 78.
- MISCHEL, W. Personality and assessment. New York: Wiley, 1968.
- MISCHEL, W. Toward a cognitive social learning reconceptualization of personality. Psychol. Rev., 1973, 80, 252 - 283.
- MISCHEL, W., EBBESEN, E.B. & ZEISS, A.R. Selective attention to the self: Situational and dispositional determinants. J. Pers. Soc. Psychol., 1973, 27, 129 - 142.
- MISCHEL, W., EBBESEN, E.B. & ZEISS, A. Determinants of selective memory about the self. J. Consult. Clinic. Psychol., 1976, 44, 92 - 103.

- MUNOZ MALAGARRIGA, C. Guia de la meditaci3n trascendental. Barcelona: Barral, 1977.
- MURRAY, H.A. Toward a classification of interactions. In T. Parsons & E.O. Shils (Eds.), Toward a general theory of action. Cambridge: Harvard Univer. Press, 1951.
- NIE, N.H., HULL, C.H., JENKINS, J.G., STEINBRENNER, K. & BENT, D.H. SPSS - Statistical package for the social sciences (2nd ed.). New York: McGraw-Hill, 1975.
- NIEBEL, G. Aspekte einer Psychologie positiver Emotionen - Ihre Bedeutung f3r die therapeutische Arbeit. Unver3ff. Diplomarbeit. Universit3t M3nchen: 1977.
- NORMAN, D.A. & RUMPELHART, D.E. Explorations in cognition. San Francisco: Freeman, 1975.
- NOWLIS, V. Research with the mood adjective check list. In S.S. Tomkins & C.E. Izard (Eds.), Affect, cognition, and personality. New York: Springer, 1965.
- NOWLIS, V. Mood: behavior and experience. In M.B. Arnold (Ed.), Feelings and emotions. New York: Academic Press, 1970.
- NOWLIS, V. & GREEN, R. F. Factor analytic studies of mood. Technical Report, Office of Navel Research, Contract Nr. Nonr-668 (12), 1964.
- OSGOOD, C.E. Studies on the generality of affective meaning systems. American Psychologist, 1962, 17, 10 - 28.
- OSGOOD, C.E. & TANNENBAUM, P.H. The principle of congruity in the prediction of attitude change. Psychological Review, 1955, 62, 42 - 55.
- PONGRATZ, L. Problemgeschichte der Psychologie. Bern: Francke, 1967.
- PRADINES, M. L'h3t3rogenit3 du plaisir et de la douleur. Revue Philos., 1927, 1, 178 - 189.

- RAPAPORT, D. Gefühl und Erinnerung. Stuttgart: Klett, 1977.
- REYNOLDS, G.S. A primer of operant conditioning. Glenview, Ill.: Scott, Foresman, 1968.
- RIBOT, TH., A. La psychologie des sentiments. Paris: Alcan, 1939.
- RICKS, D.F. & WESSMAN, A.E. Winn: A case study of a happy man. J. of Humanistic Psychol., 1966, 6 (1), 2 - 16.
- RITSERT, J. Inhaltsanalyse und Ideologiekritik. Frankfurt: Athenäum, 1972.
- ROMNEY, A.K., SHEPARD, R.N. & NERLOVE, S.B. (Eds.) Multi-dimensional Scaling. New York: Seminar Press, 1972.
- ROSENBERG, S. & EDLAC, A. Structural representations of perceived personality trait relationships. In A.K. Romney, R.N. Shepard & S.B. Nerlove, Multidimensional scaling. New York: Seminar Press, 1972.
- ROSS, L., LEPPER, M.R. & HUBBARD, M. Perseverance in self-perception: Biased attributional processes in the debriefing paradigm. J. of Personality and Social Psychol., 1975, 32, 880 - 892.
- ROTTER, J.B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychol. Monogr., 1966 80.
- ROTTER, J.B. Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. J. Consult. Clinic. Psychol., 1975, 43, 56 - 67.
- RUCH, F.L. & ZIMBARDO, P.G. Lehrbuch der Psychologie. Berlin: Springer, 1974.
- SANDIN CONEJO, C. Pedagogía de las emociones. Alcoy: Marfil, 1967.

- SARTRE, J.P. Esquisse d'une théorie des émotions. Paris: Hermann, 1948.
- SANDER, F. Zur neuen Gefühlslehre. In F. Sander & H. Volkelt, Ganzheitspsychologie. München: Beck, 1962.
- SCHACHTER, S. The psychology of affiliation: Experimental studies of the sources of gregariousness. Stanford, Calif.: Stanf. Univ. Press, 1959.
- SCHACHTER, S.J. & SINGER, J.E. Cognitive, social and physiological determinants of emotional state. Psychol. Rev., 1962, 69, 379 - 399.
- SCHANK, R.C. & ABELSON, R.P. Scripts, plans, goals, and understanding. Hillsdale, N.J.: Erlbaum, 1977.
- SCHEUCH, E.K. Vorstellungen von Glück in unterschiedlichen Sozialschichten. In H. Kundler (Hrsg.), Anatomie des Glücks. Köln: Kiepenheuer & Witsch, 1971.
- SCHUBÖ, W. Statistik I für Psychologen. München: Skript zur Vorlesung, W.S. 1972/73.
- SHAYER, PH. & FREEDMAN, J. Your pursuit of happiness. Psychology Today, 8, 1976.
- SHOR, R.A. Hypothesis on the concept of the generalized reality orientation. Americ. J. Psychotherapy, 13, 1959.
- SOLER, C. El camino de la felicidad. Gerona: Cedel, 1974.
- STERN, R.M., FARR, J.A. & RAY, W. Pleasure. In P.H. Venables & C.M. Christie (Hrsg.), Research in psychophysiology. New York: Wiley, 1975.
- TEILHARD DE CHARDIN, P. Sur le bonheur. Paris: Editions du Seuil, 1968.
- TOMKINS, S.S. Affect, imagery, consciousness, Vol. I. The positive affects. New York, 1962.

- TOMKINS, S.S. Introduction to affect symposium, A.P.A. 1964. In S.S. Tomkins & C.E. Izard (Hrsg.), Affect, cognition, and personality. New York, Springer, 1965.
- TOMKINS, S.S. & IZARD, C.E. Affect, cognition, and personality. New York: Springer, 1965.
- TUNNER, W. Lust und Glück - Überlegungen zur Gefühlspsychologie. Psychologische Rundschau, 1978, 29/4, 287 - 297.
- TUNNER, W. Zur Psychologie des Glücks. Unveröff. Manuskript, Institut für Psychologie der Universität München, Abteilung für klinische Psychologie: 1979.
- TUNNER, W. Vom Geschmack des wilden Honigs - Überlegungen zur Psychologie der Empfindung. Gestalt Theory, 1980, 2, 213 - 217.
- TUNNER, W. Überlegungen zur Gefühlspsychologie. Unveröff. Manuskript, Institut für Psychologie der Universität München, Abteilung für Klinische Psychologie: 1981.
- THORNE, F.C. The clinical use of peak and nadir experience reports. J. of Clin. Psychol., 1963, 19, 248 - 250.
- VALERO GARCIA, J.M. Evolución emotiva. Madrid: Doncel, 1968.
- VERBIST, A.P. L'affectivité. La fondamentale dans l'harmonie psychique. Paris: Nauwelaerts, 1974.
- VEROFF, J., FELD, S. & GURIN, G., Dimensions of subjective adjustment. J. of Abnormal Soc. Psychol., 1962, 64, 192 - 205.
- WATSON, J.S. Smiling, cooing, and 'the gaem'. Merrill-Palmer Quarterly, 1972, 18, 323 - 340.
- WELLEK, A. Albert Wellek (Selbstdarstellung). In J. Pon-gratz, W. Traxel & E.G. Wehmer (Hrsg.), Psychologie in Selbstdarstellungen. Bern: Huber, 1972.
- WESSMAN, A.E. A psychological inquiry into satisfaction and happiness. Unpublished doctoral dissertation. Princeton University, 1956.

- WESSMAN, A.E., & RICKS, D.F. Temporal covariation of affective states in male and female subjects. Paper read at American Psychological Association, Cincinnati, 1959.
- WESSMAN, A.E., RICKS, D.F., & TYL, M.M. Characteristics and concomitants of mood fluctuation in college women. Journal of Abnormal and Social Psychology, 1960, 60, 117 - 126.
- WESSMAN, A.E., & RICKS, D.F. Mood and personality. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1966.
- WILSON, W.R. An attempt to determine some correlates and dimensions of hedonic tone. Unpublished doctoral dissertation, Northwestern University, 1960.
- WILSON, W., Correlates of avowed happiness. Psychol. Bull., 1967, 67, 294 - 306.
- WUNDT, W. Grundzüge der physiologischen Psychologie. Leipzig: Engelmann, 1902.
- WUNDT, W. Grundriß der Psychologie. Leipzig: Engelmann, 1907.
- WUNDT, W. Grundriß der Psychologie. Leipzig: Kröner, 1922.
- ZAJONK, R.B. Feeling and thinking. American Psychologist, 1980, 35/2, 151 - 175.

A N H A N G

11. ANHANG

ERLEBEN VON GLÜCK

Wichtige Hinweise:

Sie finden hier einige Feststellungen, die Gefühle, Gedanken und Handlungen beschreiben, mit denen Glückserlebnisse anderer charakterisiert wurden.

Wir bitten Sie, bei den folgenden Feststellungen zu beurteilen, inwieweit sie für ein spezifisches Glückserlebnis von Ihnen zutreffend sind. Sie haben dabei die Möglichkeit, Ihre Antwort abzustufen.

zum Beispiel:

Habe ich
nicht erlebt

Habe ich
sehr stark erlebt

Ich war mir meines Körpers sehr bewußt.

0-----1-----2-----3

Die zwischen den beiden Polen (0 = habe ich nicht erlebt und 3 = habe ich sehr stark erlebt) liegenden Ziffern 1 und 2 stellen die dazwischenliegenden Grade der Zustimmung dar.

Überlegen Sie nun bitte, in welchem Ausmaß die Aussage auf Ihr Glückserlebnis zutrifft. Entscheiden Sie sich für die für Sie zutreffende Antwortmöglichkeit, indem Sie eine der vorgegebenen Ziffern ankreuzen.

Einige der Feststellungen beziehen sich auf Gefühle und Gedanken anderen Menschen gegenüber.

z.B. "Ich war offen für die Gefühle anderer(des anderen)."

Diese Aussagen können sich sowohl auf eine als auch auf mehrere Personen beziehen.

Bitte wenden !

Die Beantwortung der Fragen soll im Hinblick auf ein Glückserlebnis geschehen. Es ist daher für die Beurteilung der einzelnen Aussagen von großer Bedeutung, daß Sie sich dabei an eines Ihrer Glückserlebnisse erinnern.

Bitte entscheiden Sie sich für eine ganz bestimmte Situation, in der Sie besonders glücklich waren.

Schließen Sie die Augen und versuchen Sie, sich gefühlsmäßig und gedanklich wieder ganz in diese Situation hineinzusetzen...

Bitte beantworten Sie zunächst einige Fragen zur Situation:

1. In welcher Situation war es ?

2. Ich war allein ☐
 mit einer Person zusammen ☐
 mit mehreren Personen zusammen ☐

3. Es war innerhalb der letzten Woche ☐
 des letzten Monats ☐
 des letzten Jahres ☐
 Es ist länger als ein Jahr her ☐

	Habe ich <u>nicht</u> erlebt	Habe ich <u>sehr stark</u> erlebt
Ich hätte zugleich lachen und weinen können.	0-----1-----2-----3	
Meine Haut war sehr empfindsam.	0-----1-----2-----3	
Ich war übermütig.	0-----1-----2-----3	
Ich empfand andere (den anderen) als liebenswert.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte das Gefühl, mit anderen (dem anderen) eins zu sein.	0-----1-----2-----3	
Ich ruhte in mir selbst.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte das Gefühl, selbst zu Musik (zu Wasser, zu Wind usw.) zu werden.	0-----1-----2-----3	
Ich konnte mit anderen (dem anderen) mitfühlen.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte das Gefühl, daß es einen Gott gibt.	0-----1-----2-----3	
Meine Ängste waren wie weggewischt.	0-----1-----2-----3	
Ich war aufgeschlossen für die Schönheit der Welt.	0-----1-----2-----3	
Ich fühlte mich frei.	0-----1-----2-----3	
Die Zukunft verlor an Bedeutung.	0-----1-----2-----3	
Ich wollte zerfließen, mich auflösen.	0-----1-----2-----3	
Ich spürte den Drang, zu lachen, zu singen oder zu tanzen.	0-----1-----2-----3	
Ich sah die Vergangenheit in einem angenehmen Licht.	0-----1-----2-----3	
Ich nahm eine ungewöhnliche räumliche Weite wahr.	0-----1-----2-----3	
Ich war voll Vorfreude auf die Zukunft.	0-----1-----2-----3	
Ich konnte andere (den anderen) akzeptieren.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte Vertrauen zu anderen (dem anderen).	0-----1-----2-----3	
Ich fühlte mich geborgen.	0-----1-----2-----3	

Bitte vergegenwärtigen Sie sich ein bestimmtes Glückserlebnis !

	Habe ich <u>nicht</u> erlebt	Habe ich <u>sehr stark</u> erlebt
Die Vergangenheit war wie weggewischt.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte ein Gefühl von Leichtigkeit.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte ein Gefühl von Wärme in der Bauchgegend.	0-----1-----2-----3	
Ich genoß es, passiv zu sein.	0-----1-----2-----3	
Ich fühlte mich anderen (dem anderen) sehr verbunden.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte das Gefühl, daß meine Bewegungen sehr harmonisch waren.	0-----1-----2-----3	
Ich fühlte mich wie in einem Traum.	0-----1-----2-----3	
Ich sehnte mich nach körperlicher Vereinigung.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte das Gefühl, daß mir nichts passieren kann.	0-----1-----2-----3	
Ich war entscheidungsfreudig.	0-----1-----2-----3	
Ich fand Lösungen für Probleme.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte das Gefühl, gebraucht zu werden.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte große Lust, etwas Neues zu beginnen.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte das Gefühl, mit der Landschaft (dem Wind, der Musik.usw.) eins zu werden.	0-----1-----2-----3	
Ich war stolz auf mich.	0-----1-----2-----3	
Alltägliche Gegenstände wurden zu etwas Besonderem.	0-----1-----2-----3	
Ich war erfüllt von dem Gefühl, geliebt zu werden.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte Vertrauen zu Gott.	0-----1-----2-----3	
Ich hatte ein großes Bedürfnis nach körperlicher Berührung.	0-----1-----2-----3	
Das Glücksgefühl erfüllte mich ganz.	0-----1-----2-----3	

Bitte vergegenwärtigen Sie sich ein bestimmtes Glückserlebnis !

	Habe ich <u>nicht</u> erlebt	Habe ich <u>sehr stark</u> erlebt
Ich konnte mich akzeptieren.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich war in einem Zustand der Selbstvergessenheit.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich spürte eine angenehme innere Spannung.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich war voller Ideen.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich hatte ein Gefühl des Losgelöstseins von meiner Umwelt.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich hatte das Gefühl, daß die Zeit sehr langsam verging.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich fühlte mich eins mit meinem Körper.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich hatte das Gefühl, daß die Zeit sehr schnell verging.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich war vollkommen entspannt.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich war ganz auf mich bezogen.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich war meiner selbst sehr sicher.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich hatte ein tiefes Verständnis für andere (den anderen).	0 — 1 — 2 — 3	
Ich fühlte mich verstanden.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich hatte das Bedürfnis, allein zu sein.	0 — 1 — 2 — 3	
Die Welt erschien mir unermeslich vielfältig.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich spürte einen großen Tatendrang.	0 — 1 — 2 — 3	
Die Gegenwart erfüllte mich ganz.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich fühlte mich anderen (dem anderen) nahe.	0 — 1 — 2 — 3	
Mein Zeitgefühl war aufgehoben.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich hatte den Wunsch, diese Gefühle mit anderen (dem anderen) zu teilen.	0 — 1 — 2 — 3	
Ich wurde mir der verschiedensten Geräusche um mich herum bewußt.	0 — 1 — 2 — 3	

Bitte vergegenwärtigen Sie sich ein bestimmtes Glückserlebnis !

	Habe ich <u>nicht</u> erlebt	Habe ich <u>sehr stark</u> erlebt
Ich war energiegeladen.	0-----1-----2-----3	
Ich atmete sehr bewußt.	0-----1-----2-----3	
Das Leben erschien mir sinnvoll.	0-----1-----2-----3	
Ruhe erfüllte mich.	0-----1-----2-----3	
Ich konnte meinen Gefühlen freien Lauf lassen.	0-----1-----2-----3	
Die Farben wirkten sehr leuchtend.	0-----1-----2-----3	
Ich war dankbar, zu leben.	0-----1-----2-----3	
Ich sah neue Zusammenhänge.	0-----1-----2-----3	
Ich bemerkte nichts mehr um mich herum.	0-----1-----2-----3	
Ich war erfüllt von überströmender Liebe.	0-----1-----2-----3	
Ich konnte das Leben ganz bejahen.	0-----1-----2-----3	
Ich spürte einen starken Drang, meine Gefühle körperlich auszudrücken.	0-----1-----2-----3	
Ich spürte keinerlei Hemmungen.	0-----1-----2-----3	
Ich spürte eine große Heiterkeit.	0-----1-----2-----3	
Ich war hellwach.	0-----1-----2-----3	
Ich fühlte alles mit jeder Faser meines Körpers.	0-----1-----2-----3	
Ich spürte meine Einmaligkeit und Besonderheit.	0-----1-----2-----3	
Ich konnte meinen Gedanken freien Lauf lassen.	0-----1-----2-----3	
Ich wurde mir der Gerüche um mich herum bewußt.	0-----1-----2-----3	
Ich war gegenüber anderen (dem anderen) sehr nachsichtig.	0-----1-----2-----3	

Bitte vergegenwärtigen Sie sich ein bestimmtes Glückserlebnis !

Zusatzerhebung:

1. Alter:..... Geschlecht: männlich Studienfach:.....
 weiblich

stimat

nicht

stimmt

2. Ich habe mir die Gefühle, Gedanken und Handlungen meines Glückserlebnisses gut vergegenwärtigen können.

0-----1-----2-----3

3. Was ist in dem Fragebogen Ihrer Meinung nach nicht berücksichtigt worden?

[illegible]

4. Welche Aussagen sind für Sie unverständlich? Bitte notieren Sie sie hier!

.....

.....

.....

LEBENS LAUF

Geboren am 13. 1. 1943	in Ostrowo/Polen
Eltern	Otto Max Hoffmann und Ruth Hoffmann, geb. Weigt
1949 - 1953	Grundschule in Amelinghausen/ Lüneburger Heide
1953 - 1962	Neusprachlich und mathematisch- naturwissenschaftliches Gymnasium
1962	Reifeprüfung, Wilhelm Raabe-Schule, Lüneburg
1962 - 1965	Studium an den Universitäten Hamburg und Berlin in den Fächern Pädagogik und Englisch
1965	1. Lehramtsprüfung für das Lehr- amt an Volks- und Mittelschulen
1966 - 1972	Lehrtätigkeit im Schuldienst der Stadt Hamburg und der Stadt München
1970	2. Lehramtsprüfung
1972	Beginn des Studiums der Psycholo- gie an der Ludwig-Maximilians- Universität München
1975	Diplomvorprüfung in Psychologie, Spezialisierung auf den Bereich Klinische Psychologie
1978	Diplom in Psychologie
1978	Anstellung an der Universität Konstanz im Forschungsbereich 'Aphasie'
1979 - 1981	Fortsetzung des Studiums der Klinischen Psychologie als Pro- motionsstudium mit den Nebenfä- chern Psychiatrie und Pädagogik, Fortbildung in klinisch-psycho- logischer Intervention

D. GRÄBNER
DISSERTATIONS U. OFFSETDRUCKEREI



Gotenstraße 3
8602 Altendorf bei Bamberg
Telefon: 09545 / 8791